

**SAVONIA**

- OPINNÄYTETYÖ - AMMATTIKORKEAKOULUTUTKINTO  
SOSIAALI-, TERVEYS- JA LIIKUNTA-ALA

# TASSUA TOISEN ETEEN

Tutkimus Pienet lapset liikkeelle -käsikirjan käytöstä  
Kuopion varhaiskasvatuksessa

TEKIJÄT: Henna Karikumpu  
Henriikka Ikäheimo  
SS14S

Koulutusala Sosiaali-, terveys- ja liikunta-ala			
Koulutusohjelma Sosiaalialan koulutusohjelma			
Työn tekijät Henna Karikumpu ja Henriikka Ikäheimo			
Työn nimi <b>Tassua toisen eteen.</b> Tutkimus Pienet lapset liikkeelle -käsikirjan käytöstä Kuopion varhaiskasvatuksessa.			
Päiväys	5.3.2017	Sivumäärä/Liitteet	60/5
Ohjaaja Anne-Leena Juntunen			
Toimeksiantaja/Yhteistyökumppani Kuopion kaupungin varhaiskasvatuspalvelut			
<p>Tiivistelmä</p> <p>Opinnäytetyössä tutkittiin Pienet lapset liikkeelle -käsikirjan käyttöä Kuopion kaupungin varhaiskasvatuspalveluissa. Pienet lapset liikkeelle -käsikirja ohjaa Kuopion kaupungin varhaiskasvatuspalvelujen liikuntakasvatusta. Tavoitteena oli löytää edistäviä ja estäviä seikkoja käsikirjan käytölle sekä selvittää, kuinka käsikirja on käytössä ja, millaista lisäarvoa käsikirja tuo Kuopion kaupungin varhaiskasvatuspalveluille.</p> <p>Tutkimus toteutettiin triangulaationa. Triangulaatiossa yhdistyvät eri tutkimusmenetelmät. Tutkimusaineisto kerättiin sähköisellä Webropol-kyselyllä. Kysely toteutettiin ja vastaukset analysoitiin kvantitatiivisin eli määrällisen keinoin sekä kvalitatiivisin eli laadullisin keinoin. Tutkimus oli kokonaistutkimus. Kyselyyn vastattiin tiimeittäin. Näitä tiimejä oli yhteensä 270 ja vastauksia tuli 54. Kvantitatiivinen aineisto käsiteltiin tilastollisin menetelmin. Kvalitatiivinen aineisto eli avoimet vastaukset analysoitiin sisällönanalyysin keinoin.</p> <p>Tutkimustulosten perusteella Pienet lapset liikkeelle -käsikirja on käytössä Kuopion kaupungin varhaiskasvatuksessa. Suurin osa kyselyyn vastanneista tiimeistä käytti käsikirjaa kuitenkin harvoin. Silloin, kun käsikirja oli käytössä, sitä hyödynnettiin monipuolisesti. Tällöin myös lasten osallisuus vahvistui, koska he pääsivät vaikuttamaan toimintaan ja suunnittelemaan sitä. Käsikirjan käyttöä edistivät käsikirjan hyvä saatavuus, hyvä toimintaympäristö, käsikirjan käytettävyys ja riittävä suunnittelu-aika. Käsikirjan käyttöä estivät ajan puute, puutteellinen toimintaympäristö, muiden materiaalien käyttö ja käsikirjan huono saatavuus. Suunnitelmallinen ajan käyttö, hyvä toimintaympäristö ja käsikirjan helppo saatavuus saivat varhaiskasvatuksen ammattilaiset hyödyntämään käsikirjaa. Käsikirjaa käytettäessä liikuntakasvatus olisi laadukasta ja tasalaatuista. Pienellä päivityksellä käsikirja saataisiin ajantasaiseksi eli, uusimpia suosituksia, Varhaiskasvatussuunnitelman perusteita ja lakeja vastaavaksi.</p> <p>Tämä tutkimus ei kerro Kuopion kaupungin varhaiskasvatuspalveluiden liikuntakasvatuksen laadusta. Käsikirjan merkitystä liikuntakasvatuksen laadulle voisi tutkia erikseen muun muassa vertailemalla, miten käsikirja vaikuttaa päiväkotien liikuntakasvatukseen. Jotta käsikirja saataisiin käyttöön, tulisi sen tärkeydestä muistuttaa säännöllisin väliajoin kaikkia Kuopion kaupungin varhaiskasvatuksen ammattilaisia, muun muassa koulutuksissa.</p>			
<p>Avainsanat</p> <p>liikuntapedagogiikka, lapsen osallisuus, motorinen kehitys ja varhaiskasvatus.</p>			

Field of Study Social Services, Health and Sports			
Degree Programme Degree Programme in Social Services			
Author(s) Henna Karikumpu and Henriikka Ikäheimo			
Title of Thesis <b>Tassua toisen eteen.</b> A study on the use of the handbook Get Little Children Moving.			
Date	5.3.2017	Pages/Appendices	60/5
Supervisor Anne-Leena Juntunen			
Client Organisation /Partners Kuopio's early childhood education services			
<p><b>Abstract</b></p> <p>The purpose of this thesis was to investigate how the Get Little Children Moving handbook is used in Kuopio city's early childhood education services. Handbook Get Little Children Moving guides Kuopio city's early childhood education services in physical education. The aim was to find the factors promoting and preventing the use of the manual and find out how the manual is used as well as what the value the handbook brings to Kuopio early childhood education services.</p> <p>The thesis was conducted as triangulation. Triangulation combines different research methods. The data was collected by an electronic Webropol survey. The survey was conducted and the responses were analyzed by using quantitative and qualitative means. The thesis was an overall research. There were 270 teams in Kuopio early childhood education and the number of received responses was 54. The quantitative data was analysed by using statistical methods. The qualitative data, the open questions, were analyzed by content analysis.</p> <p>Based on the study results of Get Little Children Moving handbook is used in Kuopio childhood education. However, most teams - which responded to the survey - use manual rarely. When the manual was used, it was used in a many ways. In these cases, the participation of children was realized - because they were able to influence and plan the activities. The factors promoting the use of the handbook were good access to the handbook, proper work environment, usability of the handbook and adequate planning time. The factors preventing the use of the manual were lack of time, lack of inadequate work environment, the use of other materials and poor availability of the manual. Systematic use of time, proper environment and easy access to the manual would make early childhood professionals to utilize the manual. By using the Get Little Children Moving handbook physical education would be of higher quality and consistent. With a little update the manual would be up-to-date and reflecting the latest recommendations, basics of the early childhood education plan and laws.</p> <p>This study does not analyze the quality of the physical education in the early childhood services in Kuopio city. The significance of the manual to the quality of physical education could be studied for example by comparing how the manual influences physical education in day-care centers. In order to make better use of the manual, all the early childhood education professionals in Kuopio should be regularly reminded about the importance of the manual. This could be done by training.</p>			
<p><b>Keywords</b></p> <p>Physical education, child complicity, motoric development and early childhood education.</p>			

# SISÄLTÖ

## TIIVISTELMÄ

## ABSTRACT

1	JOHDANTO .....	6
2	TOIMINTAYMPÄRISTÖN KUVAUS.....	7
3	VARHAISKASVATUSTA JA LIIKUNTAKASVATUSTA OHJAAVAT DOKUMENTIT JA LAIT .....	8
3.1	Varhaiskasvatussuunnitelmien perusteet 2005 ja 2016 .....	8
3.1.1	Varhaiskasvatussuunnitelmien perusteiden tavoitteet .....	9
3.1.2	Pedagoginen ajattelu Varhaiskasvatussuunnitelman perusteissa 2016 .....	10
3.1.3	Liikunta ja osallisuus Varhaiskasvatussuunnitelmien perusteissa .....	11
3.2	Kasvattajan käsikirja .....	12
3.3	Pienet lapset liikkeelle -käsikirja .....	13
3.4	Varhaiskasvatuksen liikuntasuosituksat .....	15
4	LIIKKUMINEN LAPSEN KASVUN, KEHITYKSEN JA OPPIMISEN TUKENA .....	19
4.1	Lapsen motorinen kehitys .....	20
4.2	Varhaiskasvatuksessa käytettävä liikuntapedagogiikka .....	22
4.3	Lapsen osallisuus varhaiskasvatuksessa .....	25
5	TUTKIMUKSEN TOTEUTUS .....	27
5.1	Kvantitatiivinen tutkimusmenetelmä .....	28
5.2	Kvalitatiivinen tutkimus.....	29
5.3	Triangulaatio – tutkimusmenetelmien yhdistäminen .....	30
5.4	Kohderyhmä, aineistonkeruun menetelmä ja kyselylomakkeen laatiminen.....	31
5.5	Aineiston käsittely ja analysointi .....	32
6	TUTKIMUKSEN TULOKSET .....	35
6.1	Tiimien toimintaan liittyvät taustatiedot .....	35
6.2	Miten Pienet lapset liikkeelle -käsikirja on käytössä Kuopion varhaiskasvatuspalveluissa .	37
6.3	Mitkä seikat edistävät käsikirjan käyttöä? .....	43
6.4	Mitkä seikat estävät käsikirjan käyttöä?.....	44
6.5	Edistävien ja estävien seikkojen kylläntyminen.....	45
7	TUTKIMUKSEN LUOTETTAVUUS JA EETTISYYS.....	47

8 POHDINTA.....	50
LÄHTEET .....	56
LIITE 1: KASVATTAJAN KÄSIKIRJAN ARVIOINTI 2014–2015 .....	61
LIITE 2: TUTKIMUSLUPA.....	65
LIITE 3: TIEDOTE KYSELYSTÄ.....	67
LIITE 4: WEBROPOL-KYSELY .....	68
LIITE 5: ESIMERKKI TEEMOITTELUSTA.....	72

# 1 JOHDANTO

Lapsen hyvinvoinnin ja terveen kasvun lähtökohtana on päivittäinen liikkuminen. Liikkumisen yhdistäminen toimintaan ja leikkiin lisää lapsen oppimisen mahdollisuuksia ja luo pohjaa terveelle itsetunnon. Positiiviset liikuntakokemukset antavat tunteen osaamisesta ja tämä vahvistaa itsetuntoa. Aikuisen tehtävänä on luoda arjen eri tilanteisiin lapselle liikkumiseen virittävä ja houkutteleva ympäristö. On myös tärkeää poistaa esteet lapsen liikkumiselta ja ohjata lasta turvalliseen liikkumiseen. Aikuisen tulee kannustaa, motivoida ja ohjata myös lasta, joka liikkuu vähän. Liikkuminen on tärkeää lapsen kasvuille, kehitykselle ja oppimiselle. Liikuntapedagogiikalla voidaan tavoitteellisesti ja suunnitelmallisesti tukea lapsen kasvua, kehitystä ja oppimista. (Stakes 2005.)

Kuopion kaupunki on tehnyt Varhaiskasvatussuunnitelman perusteiden (2005) pohjalta vuonna 2012 julkaistun Kasvattajan käsikirjan, joka ohjaa Kuopion kaupungin varhaiskasvatuspalveluiden toteuttamista. Kasvattajan käsikirjaa täydentävät seuraavat oppaat: Monikulttuurisuus Kuopion päivähoidossa, Varhaisen tuen -käsikirja, Pienet lapset liikkeelle -käsikirja ja Kasvatuskumppanuuden kulmakivet. (Kasvattajan käsikirja 2012.) Pienet lapset liikkeelle -käsikirja korostaa liikkumisen ja leikin merkitystä jo pienellekin lapselle luontaisimpina tapoina toimia. Käsikirja ohjaa lasten parissa työskentelevien työtä myös laadullisesti. Pienet lapset liikkeelle -käsikirjassa korostuu aikuisen tehtävä ja rooli. Aikuisen tulee olla herkkä lapsen tarpeille sekä rohkaista ja kannustaa lasta oppimaan. Käsikirja painottaa lasten osallisuuden merkitystä ja lapsen osallisuus näkyy läpi koko kirjan tukien sen toteutumista. (Jämsä-Taskinen, Kurvi ja Nissi 2007, 8.)

Opinnäytetyön toimeksiantajana on Kuopion kaupungin varhaiskasvatuspalvelut. Opinnäytetyössä tutkitaan Pienet lapset liikkeelle -käsikirjan käyttöä Kuopion varhaiskasvatuksessa. Käsikirja on osa Kuopion sosiaali- ja terveyskeskuksen ”Terve lapsuus arjessa -hanketta”, joka on toteutettu 2006–2007. (Jämsä-Taskinen ym. 2007.) Opinnäytetyö kohdistuu varhaiskasvatuksessa oleviin 1–6-vuotiaisiin lapsiin ja esikoululaisiin. Esikoululaisten osalta koskien heidän aamuhoitoa ennen esikoulua sekä iltapäivähoitoa esikoulun jälkeen. Opinnäytetyössä tutkitaan, millaista lisäarvoa käsikirja tuo Kuopion kaupungin varhaiskasvatuspalveluille liikuntakasvatuksen ja lapsen osallisuuden näkökulmasta. Tutkimus tehdään sähköisellä kyselyllä Kuopion kaupungin varhaiskasvatuspalveluiden henkilökunnalle.

Tutkimuksen tavoitteena on löytää niitä seikkoja, jotka estävät ja edistävät Pienet lapset liikkeelle -käsikirjan hyödyntämisen liikuntakasvatuksessa. Tutkimustehtävänä on selvittää, millaista lisäarvoa Pienet lapset liikkeelle -käsikirja tuo Kuopion varhaiskasvatuksen liikuntakasvatukseen? Tutkimuskysymykset ovat: ”Miten Pienet lapset liikkeelle -käsikirja on käytössä Kuopion varhaiskasvatuspalveluissa?”, ”Mitkä seikat edistävät käsikirjan käyttöä?” ja ”Mitkä seikat estävät käsikirjan käyttöä?”. Tutkimuksen tarkoitus on, että Kuopion kaupunki pystyy arvioimaan, mikä merkitys Pienet lapset liikkeelle -käsikirjalla on heidän toiminnalleen.

## 2 TOIMINTAYMPÄRISTÖN KUVAUS

Varhaiskasvatus on yhteiskunnallinen palvelu, jonka tehtävänä on edistää lasten kokonaisvaltaista kasvua, kehitystä ja oppimista yhteistyössä huoltajien kanssa. Varhaiskasvatus mahdollistaa huoltajan osallistumisen työelämään tai opiskeluun. Huoltajilla on ensisijainen vastuu lasten kasvatuksesta. Varhaiskasvatus tukee ja täydentää kotien kasvatustehtävää. Kunnan velvollisuus on järjestää varhaiskasvatusta sen laajuisesti, kuin oman kunnan tarve palvelulle on. Varhaiskasvatus perustuu perustuslakiin, varhaiskasvatuslakiin ja päivähoidosta annettuun asetukseen sekä Varhaiskasvatussuunnitelman perusteisiin. (Opetushallitus 2016, 8–16.) Varhaiskasvatusta ohjataan valtakunnallisesti Varhaiskasvatussuunnitelman perusteilla, lailla ja säädöksillä. Valtakunnallisen ohjauksen tarkoituksena on luoda yhdenvertaiset varhaiskasvatukseen osallistuvien lasten kasvu, kehitykselle ja oppimiselle. (Opetushallitus 2016, 8.)

Varhaiskasvatuslaissa (19.1.1973/36) varhaiskasvatuksen määritellään olevan lapsen suunnitelmallista ja tavoitteellista kasvatuksen, opetuksen ja hoidon muodostamaa kokonaisuutta, jossa painottuu erityisesti pedagogiikka. Lain mukaan varhaiskasvatuksen tavoitteena on muun muassa tukea lapsen kasvua, kehitystä ja oppimista sekä edistää hyvinvointia. Toteuttaa lapsen leikkiin, liikkumiseen ja taiteisiin perustuvaa monipuolista pedagogista toimintaa. Näiden lisäksi varhaiskasvatuksessa tulee mahdollistaa myönteiset oppimiskokemukset, varmistaa oppimasta edistävä ja terveellinen varhaiskasvatusympäristö.

Varhaiskasvatuslaki (1973) määrittelee, mitä varhaiskasvatusympäristöltä vaaditaan. Sen tulee olla kehittävä, oppimista edistävä sekä terveellinen ja turvallinen lapsen iän ja kehitystason huomioiden. Tilojen ja toimintavälineiden tulee olla asianmukaisia.

Kuopion kaupungin varhaiskasvatuspalveluilla on kuusi palvelualueita, joissa on 32 esiopetusryhmiä ja 32 päiväkotia. Ennen esiopetusta tarjottava aamuhoito ja esiopetuksen jälkeinen iltapäivähoito ovat varhaiskasvatuksen alaista toimintaa. (Peda.net s. a.) Kuopion varhaiskasvatuksessa työskentelee 880 henkilöä (Lappalainen 2017-02-13). Opinnäytetyössämme keskitymme varhaiskasvatukseen Kuopion alueella, joten esiopetus kuuluu myös kohderyhmäämme.

Kuopion kaupungin varhaiskasvatusta ohjaavat vuonna 2012 julkaistu Kasvattajan käsikirja ja liikuntakasvatusta vuonna 2007 julkaistu Pienet lapset liikkeelle -käsikirja. Näihin teoksiin tutustutaan tarkemmin varhaiskasvatusta ja liikuntakasvatusta ohjaavat dokumentit -luvussa. Kuopion kaupunki määrittää varhaiskasvatuksensa lähtökohdiksi luottamuksellisuuden, palveluhenkisyyden, kasvatuskumppanuuden ja lapsilähtöisyyden. Kaupunki korostaa toimintaympäristön hyvää ilmapiiriä, joka luo lapselle turvallisen ja hyväksyvän kasvuympäristön. (Kasvattajan käsikirja 2012, 1–2.) Kaikilla Kuopion kaupungin päiväkodeilla ovat nämä yhteiset lähtökohdat toiminnalle. Jokainen päiväkotito on myös itse määrittänyt oman yksikkönsä palveluajatuksen. Nämä päiväkotikohtaiset palveluajatuksot pohjautuvat varhaiskasvatuslakiin. (Kuopion kaupunki s. a.)

### 3 VARHAISKASVATUSTA JA LIIKUNTAKASVATUSTA OHJAAVAT DOKUMENTIT JA LAIT

Tätä opinnäytetyötä ohjaavat useat eri dokumentit sekä varhaiskasvatustalaki ja liikuntalaki. Varhaiskasvatussuunnitelman perusteiden tavoitteena on taata tasainen laatu yhteiskunnallisesti järjestettävissä varhaiskasvatuspalveluissa valtakunnallisesti. Uuden juuri julkaistun Varhaiskasvatussuunnitelman perusteet 2016 tulee olla käytössä paikallisesti 1.8.2017 (Opetushallitus 2016).

Tällä hetkellä Kasvattajan käsikirjan käytöllä pyritään varmistamaan Kuopion kaupungin päiväko-deissa olevan varhaiskasvatuksen laadun vuonna 2005 julkaistun valtakunnallisen Varhaiskasvatussuunnitelman perusteiden pohjalta. Pienet lapset liikkeelle -käsikirja täydentää Kasvattajan käsikirjaa liikunnan näkökulmasta. Varhaiskasvatussuunnitelman perusteet julkaisussa (Stakes 2005, 22) lapsen hyvinvoinnin ja terveen kasvun lähtökohdiksi määrittellään päivittäinen liikkuminen. Pienet lapset liikkeelle -käsikirja vastaa myös sosiaali- ja terveysministeriön vuonna 2005 tehtyihin valtakunnallisiin varhaiskasvatuksen liikunnan suosituksiin. Vuonna 2016 opetus- ja kulttuuriministeriö päivitti liikuntasuosituksia, ne ovat nimellä varhaisvuosien fyysisen aktiivisuuden suositukset.

#### 3.1 Varhaiskasvatussuunnitelmien perusteet 2005 ja 2016

Varhaiskasvatussuunnitelman perusteet 2005 (Stakes 2005) ja Varhaiskasvatussuunnitelman perusteet 2016 (Opetushallitus 2016) ohjaavat Suomen varhaiskasvatusta yhteiskuntatasolla. Molempien on tarkoitus taata yhdenmukainen ja laadukas varhaiskasvatus kautta Suomen niin, että kasvu, kehitys ja oppiminen mahdollistuvat varhaiskasvatukseen osallistuvilla lapsilla. Perusteet määrittävät varhaiskasvatuksen tavoitteet ja sisällöt sekä tukevat järjestämistä, toteuttamista ja kehittämistä yhteiskunnallisesti, paikallisesti ja yksilöllisesti. Molemmissa perusteissa on käytetty sen ajan uusinta tutkimus- ja kehittämistietoa hyödyksi. Perusteissa nousee esille varhaiskasvattajien yhteistyö eri viranomaisten, ammattikuntien ja vanhempien välillä.

Varhaiskasvatussuunnitelman perusteet 2005 -julkaisussa mainitaan verkostoyhteistyö ja kasvatuskumppanuus. Vuoden 2016 uusituissa perusteissa taas painotetaan monialaisesta sekä lasten huoltajien ja varhaiskasvatuksen järjestäjän välisestä yhteistyöstä. Molemmissa perusteissa kehoitetaan ottamaan huomioon alueen erityispiirteet ja tarve paikallista varhaiskasvatussuunnitelmaa tehtäessä. Vuonna 2005 tarkastetuissa perusteissa määritellään, mitä kunnan varhaiskasvatussuunnitelmassa tulee ilmetä. Uudessa 2016 perusteissa tämä kuntatason suunnitelma on päivitetty paikalliseksi suunnitelmaksi, joka koskee myös yksityistä palveluntarjoajaa. Yksilöllisyys pyritään varmistamaan jokaiselle varhaiskasvatukseen osallistuvalla lapsella tekemällä hänelle henkilökohtainen varhaiskasvatussuunnitelma, VASU. Molemmista perusteista ilmenee, mitä lapsen varhaiskasvatussuunnitelmassa tulee olla. (Stakes 2005, 7–33; Opetushallitus 2016, 8–33.) Kuopion kaupungilla paikallinen suunnitelma on kirjattu Kasvattajan käsikirjan muotoon vuoden 2005 Varhaiskasvatussuunnitelman perusteiden pohjalta. Kuopion kaupungilta löytyy myös oma VASU-lomake.

Varhaiskasvatussuunnitelman perusteiden arvopohja lähtee lapsen ihmisarvosta ja edun ensisijaisuudesta. Uuden 2016 perusteiden arvot pohjautuvat suoraan YK:n lapsen oikeuksien sopimukseen,



varhaiskasvatustalakiin ja YK:n vammaisten henkilöiden oikeuksia koskevan yleissopimukseen. Arvopuustaa ovat lapsen oikeudet hyvinvointiin, huolenpitoon ja suojeluun, lapsen mielipiteen huomioon ottamisen tärkeys sekä yhdenvertaisen ja tasa-arvoisen kohtelun vaade ja lapsen syrjintäkielto. (Stakes 2005, 12; Opetushallitus 2016, 18.) Arvoissa korostuu lapsen osallisuuden merkitys. Lapsen osallisuus tulee ilmi kaikissa Varhaiskasvatussuunnitelman perusteiden 2016 osioissa tavalla tai toisella.

Vuonna 2017 käyttöön otettavat Varhaiskasvatussuunnitelman perusteet 2016 (Opetushallitus 2016) ovat velvoittavia sekä kaikin puolin kattavampia ja yksityiskohtaisempia verrattuna aikaisempiin perusteisiin. Uudistuksen ja tarkennusten lähtökohtana ovat lasten kasvuympäristön ja varhaiskasvatuksen toimintaympäristön muutokset. Esimerkiksi uusissa perusteissa lasten monilukutaidon tärkeyden esille nostaminen kuvaa näitä muutoksia, ja kuinka niihin pyritään vastaamaan muun muassa medialukutaitoa opettamalla. Muitakin uusia näkökulmia tuodaan esille ja osa aikaisemmissa perusteissa olevista sisällöistä jää pois. Kenties suurin ja laajin muutos on se, että enää ei ole sisällöllisiä orientaatioita vaan uusissa perusteissa korostuu laaja-alainen osaaminen ja oppimisen eri alueet.

Sisällölliset orientaatiot ovat matemaattinen, luonnontieteellinen, historiallis-yhteiskunnallinen, esteettinen, uskonnollis-katsomuksellinen ja eettinen orientaatio. Varhaiskasvatussuunnitelman perusteissa 2016 kuvatut laaja-alaiset osaamisen alueet ovat ajattelu ja oppiminen, kulttuurinen osaaminen, vuorovaikutus ja ilmaisu, itsestä huolehtiminen ja arjen taidot, monilukutaito ja tieto- ja viestintäteknologinen osaaminen sekä osallistuminen ja vaikuttaminen. Osaamisen alueiden tarkemmissa kuvauksissa kolmesta (ajattelu ja oppiminen, itsestä huolehtiminen ja arjen taidot sekä monilukutaito ja tieto- ja viestintäteknologinen osaaminen) on erillinen maininta liikunnan soveltuvuudesta tukemaan näitä alueita. Osaamisen alueita voidaan tarkastella erikseen, mutta ne kietoutuvat vahvasti toisiinsa kuten myös oppimisen alueet. Näitä oppimisen eri alueita tulee yhdistää ja soveltaa lasten mielenkiinnon ja osaamisen mukaan. Oppimisen alueet on lajiteltu viiteen eri kokonaisuuteen esiopetussuunnitelman perusteiden mukaisesti. Tämä vahvistaa varhaiskasvatuksen pedagogisuutta ja varhaiskasvatuksen antamia valmiuksia esikoulun kautta koulumaailmaan. Kokonaisuudet ovat kielten rikas maailma, ilmaisun monet muodot, minä ja meidän yhteisömme, tutkin ja toimin ympäristössäni sekä kasvan, liikun ja kehityn. (Opetushallitus 2016, 8–40; Stakes 2005, 26–29.) Kaikissa osaamisen ja oppimisen alueissa ei ole suoraa mainintaa liikunnan hyödyntämisestä, mutta kaikkia näitä alueita voi tukea, kehittää ja opettaa liikunnassa. Tämän osion viimeisessä kappaleessa käydään tarkemmin läpi, mitä varhaiskasvatussuunnitelman perusteissa sanotaan liikunnasta ja sen hyödyntämisestä varhaiskasvatuksessa.

### 3.1.1 Varhaiskasvatussuunnitelmien perusteiden tavoitteet

Vuoden 2005 Varhaiskasvatussuunnitelman perusteet -julkaisun (Stakes 2005, 14–26) keskeisimmät päämäärät ovat lapsen henkilökohtaisen hyvinvoinnin edistäminen, toiset huomioon ottavien käyttäytymismuotojen ja toimintatapojen vahvistaminen sekä itsenäisyyden asteittainen lisääminen. Kaikki nämä teemat löytyvät uusista vuoden 2016 perusteista. Varsinaiset tarkat tavoitteet vuoden

2016 perusteissa pohjautuvat varhaiskasvatuslakiin. (Opetushallitus 2016.) Aikaisemmissa perusteissa esille nousseet lapsen luontaiset tavat oppia kokonaisvaltaisesti leikin, liikkumisen, tutkimisen ja taiteellisen kokemisen (STAKES 2005, 14–26) kautta saavat uusissa perusteissa paljon huomiota ja löytyvät osittain suoraan varhaiskasvatuslain asettamista tavoitteista.

Varhaiskasvatuslakiin (19.1.1973/36) pohjautuvat tavoitteet ovat:

- 1) edistää jokaisen lapsen iän ja kehityksen mukaista kokonaisvaltaista kasvua, terveyttä ja hyvinvointia;*
- 2) tukea lapsen oppimisen edellytyksiä ja edistää elinikäistä oppimista ja koulutuksellisen tasa-arvon toteuttamista;*
- 3) toteuttaa lapsen leikkiin, liikkumiseen, taiteisiin ja kulttuuriperintöön perustuvaa monipuolista pedagogista toimintaa ja mahdollistaa myönteiset oppimiskokemukset;*
- 4) varmistaa kehittävä, oppimista edistävä, terveellinen ja turvallinen varhaiskasvatusympäristö;*
- 5) turvata lasta kunnioittava toimintatapa ja mahdollisimman pysyvät vuorovaikutussuhteet lasten ja varhaiskasvatushenkilöstön välillä;*
- 6) antaa kaikille lapsille yhdenvertaiset mahdollisuudet varhaiskasvatukseen, edistää sukupuolten tasa-arvoa sekä antaa valmiuksia ymmärtää ja kunnioittaa yleistä kulttuuriperinnettä sekä kunkin kielellistä, kulttuurista, uskonnollista ja katsomuksellista taustaa;*
- 7) tunnistaa lapsen yksilöllisen tuen tarve ja järjestää tarkoituksenmukaista tukea varhaiskasvatuksessa tarpeen ilmettyä tarvittaessa monialaisessa yhteistyössä;*
- 8) kehittää lapsen yhteistyö- ja vuorovaikutustaitoja, edistää lapsen toimimista vertaisryhmässä sekä ohjata eettisesti vastuulliseen ja kestävään toimintaan, toisten ihmisten kunnioittamiseen ja yhteiskunnan jäsenyyteen*
- 9) varmistaa lapsen mahdollisuus osallistua ja saada vaikuttaa itseään koskeviin asioihin;*
- 10) toimia yhdessä lapsen sekä lapsen vanhemman tai muun huoltajan kanssa lapsen tasapainoisen kehityksen ja kokonaisvaltaisen hyvinvoinnin parhaaksi sekä tukea lapsen vanhempaa tai muuta huoltajaa kasvatustyössä.*

Varhaiskasvatuksen toimintaympäristön tulee tukea näitä lain asettamia tavoitteita. Varhaiskasvatussuunnitelman perusteissa (Opetushallitus 2016) paneudutaan tähänkin osa-alueeseen aiempaa yksityiskohtaisemmin. Erityisesti korostetaan varhaiskasvatuksen yhteisön henkeä, joka muodostuu lasten ja aikuisten vuorovaikutuksessa avoimeksi ja oppimista edistäväksi. Toimintaympäristön kuvauksessa inklusiivisuus ja osallisuus nousevat vahvasti esille. (Opetushallitus 2016, 29–30.)

### 3.1.2 Pedagoginen ajattelu Varhaiskasvatussuunnitelman perusteissa 2016

Vuoden 2016 Varhaiskasvatussuunnitelman perusteissa varhaiskasvatus määritellään suunnitelmalliseksi ja tavoitteelliseksi kasvatuksen, opetuksen ja hoidon muodostamaksi kokonaisuudeksi, jossa painottuu erityisesti pedagogiikka. Pedagoginen toiminta toteutuu lasten ja henkilöstön välisessä

vuorovaikutuksessa ja yhteisessä toiminnassa. (Opetushallitus 2016, 8, 36.) Tällainen vahva pedagoginen lähestymistapa on uutta verrattuna aikaisempiin perusteisiin.

Varhaiskasvatussuunnitelman perusteiden uudistuksissa näkyy vahvasti konstrukttiivinen oppimiskäsitys, jonka mukaan oppimisessa on olennaista itse rakentaa tieto jo olemassa olevan tiedon päälle. Tämä kaikki tapahtuu vuorovaikutuksessa toisten ihmisten kanssa kokemusten kautta. Hyvän ja tunnelataukseltaan myönteisen vuorovaikutussuhteen kautta, opitaan tuntemaan lapsi, ymmärretään lasta ja pystytään ottamaan huomioon jokaisen lapsen yksilölliset lähtökohdat ja -taso. Tärkeää on myös mahdollistaa lapselle kokeilu, tutkiminen ja ihmettely. ”Työskenneltäessä lapsia rohkaistaan kyselemään ja ihmettelemään sekä päättelämään ja ratkaisemaan ongelmia yhdessä”. (Varhaiskasvatussuunnitelman perusteet 2016, 38.)

### 3.1.3 Liikunta ja osallisuus Varhaiskasvatussuunnitelmien perusteissa

Aikaisemmassa Varhaiskasvatussuunnitelman perusteissa (Stakes 2005, 22) todetaan, että lapsen hyvinvoinnin ja terveen kasvun perustana on liikunta. Vuoden 2016 julkaisussa ajatusta liikunnan tärkeydestä ja merkityksestä lapsen kasvulle, kehitykselle ja hyvinvoinnille on viety eteenpäin ja tarkennettu. Varhaiskasvatussuunnitelman perusteissa 2016 mainitaan, että riittävä fyysinen aktiivisuus tukee lasten ajattelua ja oppimista. Liikunta on myös tärkeää lapsen terveelle kasvulle, kehitykselle, oppimiselle ja hyvinvoinnille. (Opetushallitus 2016, 22, 46.)

Molemmissa Varhaiskasvatussuunnitelmien perusteissa korostetaan päivittäisen liikkumisen mahdollistamista ja liikkumiseen kannustamisen tärkeyttä sekä säännöllisesti ohjatun liikunnan merkitystä lapsen kokonaisvaltaiselle kehitykselle ja motoriselle oppimiselle. Havainnoinnin tärkeys nousee esille niin vuoden 2005, kuin vuoden 2016 Varhaiskasvatussuunnitelman perusteissa. Uutta vuoden 2016 julkaisussa on lapsen päivittäisen omaehtoisen liikunnan mahdollistaminen ja positiivisten liikunta kokemusten tuottamisen maininnat. Uudessa julkaisussa myös määritellään mitä on fyysinen aktiivisuus, monipuolinen ja vaihteleva liikunta sekä veloitetaan ottamaan huomioon nämä seikat varhaiskasvatuksen liikuntakasvatusta toteuttaessa. Liikuntakasvatuksen pitää olla säännöllistä, lapsilähtöistä, monipuolista ja tavoitteellista. Uutta on myös suora maininta liikuntavälineiden käytettävissä olemisesta lapsen omaehtoisen leikin ja liikunnan aikana. Ajatus lasten liikunnallisen elämäntavan tukemisesta varhaiskasvatuksessa on saanut rinnalleen ajatuksen lasten kannustamisesta liikkumiseen myös vapaa-ajalla huoltajien kanssa. (Stakes 2005, 22–23; Opetushallitus 2016, 46–47.)

Tässä opinnäytetyössä Varhaiskasvatussuunnitelman perusteita 2005 tarkastellaan siitä näkökulmasta, kuinka se on vaikuttanut Kuopion kaupungin varhaiskasvatussuunnitelmaan, Kasvattajan käsikirjaan ja Pienet lapset liikkeelle -käsikirjaan. Vuoden 2016 Varhaiskasvatussuunnitelman perusteet -julkaisua tarkastellaan siitä näkökulmasta, mitä uutta se tuo ja miten painotukset ovat muuttuneet. Tämän tarkastelun ja kyselyn tulosten pohjalta lopuksi pohdittiin, kannattaako Pienet lapset liikkeelle -käsikirja päivittää vastaamaan uutta velvoittavaa perustetta sekä, mitä päivittäminen vaatisi.

### 3.2 Kasvattajan käsikirja

Kasvattajan käsikirja (2012) on Kuopion kaupungin varhaiskasvatussuunnitelma, joka pohjautuu vuoden 2005 Varhaiskasvatussuunnitelman perusteisiin. Kuopion kaupunki on kirjannut päivähoitonsa lähtökohdiksi luottamuksellisuuden, palveluhenkisyyden, kasvatuskumppanuuden ja lapsilähtöisyyden. Kuopion kaupunki haluaa muodostaa kotien ja päiväkotien kanssa lapsille turvallisen sekä kehitykselle ja oppimiselle suotuisan kasvuympäristön. Kuopion kaupunki painottaa hyväksyvän, turvallisen ja lämpimän ilmapiirin tärkeyttä. Näiden jälkeen tulevat fyysiset tilat ja toiminnan rakenne. (Kasvattajan käsikirja 2012.) Tämä on uuden Varhaiskasvatussuunnitelman perusteiden 2016 hengen mukaista. Toki Kasvattajan käsikirja tulee tarkastaa kokonaisuudessa vastaamaan uutta Varhaiskasvatussuunnitelman perusteet 2016 julkaisua.

Kasvattajan käsikirja koostuu päivähoidon toiminta-ajatuksista. Käsikirjassa kuvataan, mitä toiminta-ajatuksen lähtökohtien toteutuminen edellyttää kasvatushenkilöstöltä, vanhempien kasvatuskumppanina, suotuisan kasvuympäristön rakentajina ja päivän eri tilanteissa lapsen kasvun tukijana. Kasvattajan käsikirja koostuu palveluiden periaatteista, varhaiskasvatuksen perustoiminnoista sekä varhaisesta ja erityisestä tuesta varhaiskasvatuksessa. Palveluiden periaatteissa käydään läpi päivähoidon lähtökohdat. Varhaiskasvatuksen perustoiminnoissa kerrotaan, kuinka luodaan turvallinen lapsen kehitystä ja oppimista tukeva ympäristö, lapsen kasvun, kehityksen ja oppimisen tukemisen lähtökohdat sekä eri palveluiden yhteistyö perheiden ja lasten tueksi. (Kasvattajan käsikirja 2012.)

Suurinta huomiota käsikirjassa on annettu lapsen kasvun, kehityksen ja oppimisen osiolla. Sen alla käsitellään lapsilähtöisyyttä, joka lähtee jokaiselle lapselle tehtävästä henkilökohtaisesta varhaiskasvatussuunnitelmasta. Muita tämän osion alla käsiteltäviä teemoja ovat perushoito, kuten ruokailu, lepo ja ulkoilu sekä monipuolinen toiminta, kuten leikki, liikkuminen ja tutkiminen. Varhainen ja erityinen tuki varhaiskasvatuksessa osio kertoo, kuinka toimia, jos herää huoli esimerkiksi lapsen kehityksestä. Käsikirja kertoo selkeästi ja käytännönläheisesti ne asiat mitkä pitää toteutua, jotta päästään VASU:n ja Kasvattajan käsikirjan asettamiin tavoitteisiin. Tavoitteisiin, jotka saavat loppujen lopuksi määritelmänsä lasten päivähoitoa ja esiopetusta koskevista laista ja asetuksista. (Kasvattajan käsikirja 2012.)

Kasvattajan käsikirjassa on Kuopion Kaupungin varhaiskasvatuksen peruslinjaukset. Pienet lapset liikkeelle -käsikirja on tehty täydentämään liikuntakasvatuksen osalta Kasvattajan käsikirjaa. Tämän opinnäytetyön kannalta on oleellista miettiä, miten Kasvattajan käsikirjan linjaukset näkyvät Pienet lapset liikkeelle -käsikirjassa. Toinen tärkeä seikka on tutkia sitä arvopohjaa, mihin tutkittava käsikirja pohjautuu ja tämä arvopohja tulee esille Kasvattajan käsikirjasta. Arvopohjan tuntemus ohjasi osaltaan kyselyn kysymysten asettelu ja sitä, mitä oli oleellista saada selville. Kasvattajan käsikirjan tuntemuksen tärkeys nousi esille jo työsuunnitelma vaiheessa, jossa tehtiin sisällön analyysi käsikirjasta tehdystä tutkimuksesta, minkä pohjalta käsikirjaa arvioitiin.

### 3.3 Pienet lapset liikkeelle -käsikirja

Pienet lapset liikkeelle -käsikirja (Jämsä-Taskinen ym. 2007, 4) on osa Kuopion sosiaali- ja terveyskeskuksen kehittämisyksikön hallinnoimaa vuosina 2006–2007 toteutettua ”Terve lapsuus arjessa -hanketta”. Käsikirjan ovat laatineet vapaa-ajankeskuksen liikunnanohjaaja Tapio Nissi, päivähoidon lastentarhanopettaja Päivi Kurvi ja sosiaali- ja terveyskeskuksen avohoidon kuntoutuksen lasten toimintaterapeutti Annukka Jämsä-Taskinen. Pienet lapset liikkeelle -käsikirja korostaa liikkumisen ja leikin merkitystä jo pienillekin lapsille luontaisimpina tapoina toimia. Kuopion kaupungin kanssa yhteistyössä ovat vapaa-ajankeskuksen, päivähoidon ja avohoidon kuntoutuksen lasten toimintaterapian työntekijät. Tämä yhteistyörakenne ja käsikirja ohjaavat lasten parissa eri tahoilla työskentelevien työntekijöiden työtä myös laadullisesti. Näin lasten liikuntaan liittyvät toimenpiteet ovat tasalaa-tuisia koko kaupungin alueella.

Pienet lapset liikkeelle-käsikirja on suunniteltu vastaamaan Varhaiskasvatussuunnitelman perusteisiin 2005, Valtakunnallisiin liikuntasuosituksiin 2005 ja Kuopion kaupungin varhaiskasvatussuunnitelma Kasvattajan käsikirjaan. Pienet lapset liikkeelle -käsikirjassa kuvataan lapsen luontaista tapaa liikkua ikäkausittain, lisäksi käsikirja antaa hyvää teoriapohjaa päiväkodin henkilöstölle. Käsikirjassa painot-tuu aikuisen tehtävä ja rooli. Aikuisen tehtävänä on rohkaista lasta kokeilemaan ja liikkumaan moni-puolisesti. Yhdessä iloitseminen onnistumisista on tärkeää. Käsikirja korostaa liikunnan leikillisyyttä ja mielekkyyttä. Toiminnan tulee olla iloa tuottavaa ja lapsia voi motivoida toimintaan käyttäen mieli-kuvia ja tarinoita. Käsikirjassa huomioidaan myös varhaista tukea tarvitsevat lapset ja kerrotaan esi-merkein, kuinka voidaan toimia lapsen kokonaisvaltaisen liikunnan ja perusliikuntataitojen kehittä-jänä. (Jämsä-Taskinen ym. 2007.)

Käsikirja antaa vinkkejä, kuinka liikuntaa voi sisällyttää erilaisiin tilanteisiin, muun muassa siirtymä- ja odottamistilanteissa. Pienet lapset liikkeelle -käsikirja myös opastaa selvästi, kuinka päiväkotit voi muuttaa tilojaan, jotta lasten luontainen liikkuminen mahdollistuu ja kuinka tilat voivat osaltaan in-nostaa lasta liikkumaan. Myös ulkotilojen käyttöön on ideoita sekä erilaisia toiminta esimerkkejä joita voi tehdä muun muassa keinoissa, hiekkalaatikolla ja liukumäessä. Tilojen käytön lisäksi käsikirja ohjeistaa erilaisten välineiden monipuoliseen käyttöön. Sopiva välineistö mahdollistaa sen, että aikui-nen voi suunnitella lapsen tarpeisiin muun muassa erilaisia motorisia ratoja. Välineiden on tärkeää olla esillä päiväkodin tiloissa, jotta lapsi saa itse mahdollisuuden suunnitella ja toteuttaa omia ideoi-taan. Pienet lapset liikkeelle -käsikirjassa on selkeät listat välineistä joita päiväkodeissa tulisi olla niin sisätiloissa, kuin ulkonakin. Käsikirjassa on myös runsaasti esimerkkejä ja ideoita, kuinka erilaisia välineitä pahvilaatikoista kiipeilytelineisiin voi hyödyntää toiminnoissa. (Jämsä-Taskinen ym. 2007.)

Pienet lapset liikkeelle -käsikirjassa on kattava kokonaisuus teoriaa lapsen kehityksestä ja ohjeistuk-sia erilaisiin leikkeihin ja liikuntatilanteisiin. Siellä korostuu myös vuodenaikojen merkitys toiminnan-suunnittelussa. Käsikirjaa voi hyödyntää toiminnansuunnittelussa ja pohjana päiväkodissa toteutetta-valle liikuntakasvatukselle. Käsikirjassa on liikunta- ja jumppatuokioiden lisäksi perehdytty siihen, kuinka nämä tuokiot tukevat lapsen kehitystä. Käsikirjaa hyödyntäen päiväkodin työntekijät voivat havainnoida lapsia ja tukea heitä yksilöllisesti uusien taitojen oppimisessa. Käsikirja ei korosta vain

liikunnan merkitystä, vaan nostaa esille myös levon ja ruokailun merkityksen. (Jämsä-Taskinen ym. 2007.)

Pienet lapset liikkeelle -käsikirjassa painotetaan erilaisten liikkeiden ja taitojen merkityksiä lapsille. Näin varhaiskasvatuksen ammattilainen saa perustaa sille, miksi joidenkin liikkeiden oppiminen on tärkeää. Vartalon ojennus ja koukistus tarkoittavat käytännössä sitä, että lapsi käyttää ja hallitsee vartaloa kokonaisvaltaisesti. Tätä kehon ojentamista ja koukistamista tulee harjoitella ja kehittää koko lapsuuden ajan. Käsikirjasta saa esimerkkejä siihen, mitkä liikkeet ja toiminnot vahvistavat ojennusta ja koukistusta. Käsikirjasta selviää myös vedettävien, työnnettävien ja kannettavien leikkivälineiden merkitys. Narussa roikkuminen, köyden veto, kahdella kädellä kannettavat ja työnnettävät lelut, painavien taakkojen kantaminen ja työntäminen ovat esimerkkejä toiminnoista jotka tarjoavat lapsille syvätuntoaistimuksia ja näin kehittää kehonhahmottamista. (Jämsä-Taskinen ym. 2007, 16–18, 31–33.) Kehonhahmotus tarkoittaa lapsen käsitystä omasta kehostaan, sen rajoista ja puolista. Aikuinen voi tukea lapsen kehonhahmotusta muun muassa laululeikki ”pää, olkapää, peppu” –tyyppisillä leikeillä. Syvätunto on aisti, joka tunnistaa vartalon asennot ja liikkeet. Tämä aisti mahdollistaa sen, että lapsi pystyy liikkumaan ja toimimaan automaattisesti katsomatta jalkoihin ja käsiin. Vedettävät, työnnettävät ja kannettavat leikit ja toiminnot kehittävät kehon molempien puolien toimintaa, ponnistamista, liikkeiden oikeaa ajoittamista, vahvistavat kahden käden yhteistoimintaa sekä kehittää kehonhahmottamista. (Sääkslahti 2015, 94.) Käsikirjassa on teemaesimerkein kuvattu, millaisia leluja ja välineitä voi käyttää vedettäviin, työnnettäviin ja kannettaviin toimintoihin. Nämä toiminnot osaltaan kehittävät kehon molempien puolien välistä toimintaa. (Jämsä-Taskinen ym. 2007, 31–33.)

Kuopion kaupungin päivähoidossa on ollut liikuntamyötäjä verkosto. Jokaisella Kuopion kaupungin päivähoidon alueella on yksi vastaava liikuntamyötäjä, joka kutsuu oman alueen liikuntamyötäjät tietyin väliajoin koolle. Alueiden vastaavat liikuntamyötäjät osallistuvat lasten liikunnan kehittämiseen ja suunnittelemiseen. Liikuntamyötäjien tehtävänä on ollut pitää yllä lapsen liikkumiseen liittyvää keskustelua omassa työyhteisössä siitä, kuinka lapsen liikkumisen määrää ja laatua voidaan lisätä. Liikuntamyötäjäverkosto käynnistyi 2001, ja sen tavoitteena oli luoda toimintatapoja joilla päivähoidon työntekijät voivat ylläpitää liikuntaverkostoa lisäten liikunnan laatua ja määrää. (Jämsä-Taskinen ym. 2007, 46.)

Pienet lapset liikkeelle -käsikirjasta on nähtävissä lasten osallisuutta tukeva ilmapiiri. Liikuntavälineiden esillä pitäminen, tilojen ja ympäristön muokattavuus sekä liikuntaan houkutteleva ympäristö tukevat lapsen osallisuutta. Lasten ottaminen mukaan suunnitteluun edistää myös osallisuutta. Käsikirja korostaa myös aikuisen roolia. Aikuisen tilanneherkkyys, positiivisen ja kannustavan ilmapiirin luominen, rohkaiseminen ja havainnointi tukevat lapsen omatoimisuutta sekä houkuttelevat lasta toimimaan ja toimintaan. Käsikirjassa ei ole mitään yksittäistä osiota lapsen osallisuuteen liittyen, mutta siitä välittyy osallisuutta tukeva ilmapiiri. (Jämsä-Taskinen ym. 2007.)

Pienet lapset liikkeelle -käsikirja on laadukas ja helppokäyttöinen liikuntakasvatuksen väline, jota voi helposti täydentää vastaamaan uutta Varhaiskasvatussuunnitelman perusteita 2016. Tästä syystä on

tärkeää tutkia ja arvioida käytetäänkö sitä päivähoitossa. Näin voidaan arvioida ja päättää kannattaako käsikirjaa täydentää vai tulisiko miettiä täysin uusia toimintamuotoja, jotta päästäisiin Varhaiskasvatussuunnitelman perusteiden 2016 asettamiin tavoitteisiin liikuntakasvatuksen osalta.

Tässä opinnäytetyössä tutkittiin Pienet lapset liikkeelle -käsikirjaa ja sen tarkka tuntemus oli erittäin oleellista oikeiden kysymyksien löytämiseksi ja hyvien kyselyasettelujen aikaansaamiseksi. Esimerkiksi osallisuus kysymysten tekeminen ei olisi ollut mahdollista ilman käsikirjan tarkkaa tuntemusta. Pienet lapset liikkeelle -käsikirjan tuntemusta ei voi liikaa korostaa. On erityisen oleellista tuntea oma tutkimuskohteensa.

### 3.4 Varhaiskasvatuksen liikuntasuosituksiset

Varhaiskasvatuksen liikuntasuosituksista on kaksi julkaisua. Ensimmäinen julkaisu johon muun muassa Pienet lapset liikkeelle -käsikirja perustuu, on vuodelta 2005. Vuonna 2016 tuli käyttöön uudistuneet liikuntasuosituksiset, jotka ovat nimeltään Varhaisvuosien fyysisen aktiivisuuden suositukset (Opetus- ja kulttuuriministeriö 2016). Tässä kappaleessa perehdytään enemmän uusiin suosituksiin, mutta pohditaan myös mitä muuttui suositusten uudistuessa.

Varhaiskasvatuslaissa (1973, § 2a) varhaiskasvatuksen yhtenä tavoitteena on edistää jokaisen lapsen iän ja kehityksen mukaista kokonaisvaltaista kasvua, kehitystä, terveyttä ja hyvinvointia. Tämän lisäksi toteuttaa lapsen leikkiin, liikkumiseen, taiteisiin ja kulttuuriperintöön perustuvaa monipuolista pedagogista toimintaa ja mahdollistaa myönteiset oppimiskokemukset. Liikuntasuosituksiset vastaavat tähän lakiin ja tukevat osaltaan Varhaiskasvatussuunnitelman perusteiden eli VASUn toteutumista.

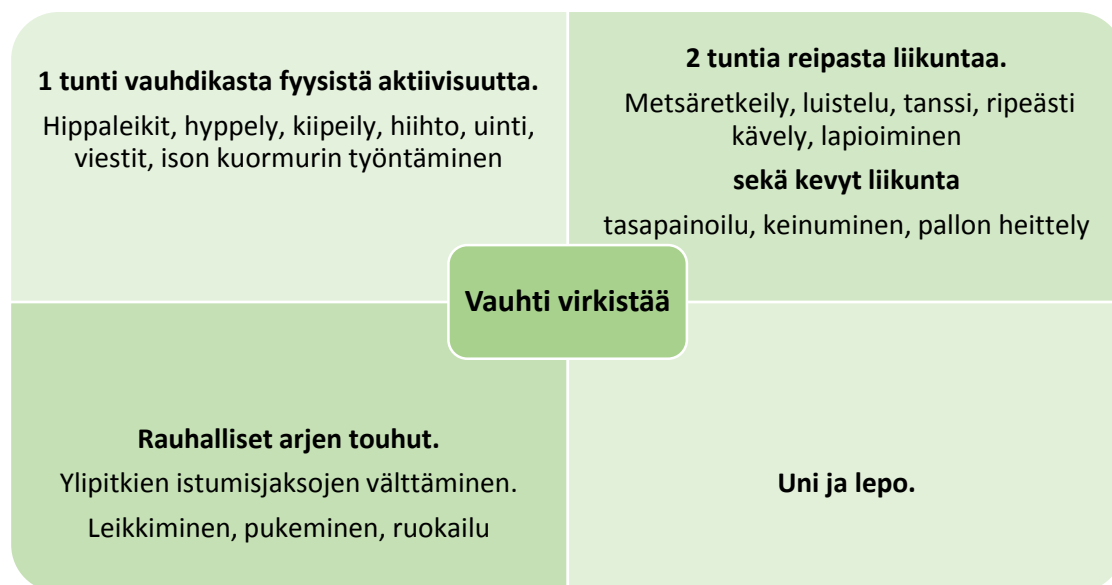
Varhaisvuosien fyysisen aktiivisuuden suositukset (Opetus- ja kulttuuriministeriö 2016, 8) ovat:

- *Vauhti virkistää – vähintään kolme tuntia liikkumista joka päivä*
- *Kohti liikkuvaa elämäntapaa – perhe tärkeä roolimalli*
- *Kuuntele – anna lapselle mahdollisuus vaikuttaa*
- *Tekemällä taitoja - monipuolisuus kunniaan*
- *Ympäristö haastaa ja hauskuuttaa – ulkona unelmat todeksi*
- *Välineet ja lelut – innosta kokeilemaan*
- *Ohjattu liikunta – onnistumisen elämyksiä*
- *Liikunta varhaiskasvatuksessa – jokaisen lapsen oikeus*
- *Koko kylä liikuttaa – kaikki yhteistyössä*

Sosiaali- ja terveysministeriön (2005) julkaisemissa Varhaiskasvatuksen liikuntasuosituksissa oli kuusi pääkohtaa, kun nyt uusissa niitä on yllä mainitut yhdeksän kohtaa. Vuoden 2005 suositusten pääkohdat olivat liikunnan määrä, liikunnan laatu, liikuntakasvatuksen suunnittelu ja toteutus, liikuntaympäristö, liikuntavälineet sekä yhteistyö vanhempien kanssa. Uusissa suosituksissa määrän lisäksi

painotetaan enemmän lapsen osallisuutta, tarkoituksena on ollut löytää lapsilähtöisempiä toimintatapoja. Vuoden 2005 liikuntasuosituksissa nähdään perheen merkitys liikunnallisen elämäntavan omaksumisessa tärkeänä, mutta vuoden 2016 suosituksiin on otettu perheen lisäksi mukaan myös muut toimijat Koko kylä liikuttaa –osion alle, näihin muihin toimijoihin kuuluvat muun muassa terveydenhuollon ammattilaiset ja päättäjät. Uusissa suosituksissa liikuntakasvatuksen suunnittelu ja toteutus on jaettu kahdeksi eri teemaksi jotka ovat ohjattu liikunta osio sekä liikunta varhaiskasvatuksessa. Näin ohjeistuksia on tarkennettu. (Sosiaali- ja terveysministeriö 2005; Opetus- ja kulttuuriministeriö 2016.)

Päivittäinen liikunta nähdään yhtä tärkeänä asiana, kuin ravinto ja lepo. Uusissa varhaisvuosien fyysisen aktiivisuuden suosituksissa tuli liikunnan määrään yksi tunti lisää. (Opetus- ja kulttuuriministeriö 2016.) Varhaiskasvatuksen liikuntasuosituksissa (Sosiaali- ja terveysministeriö 2005) suositeltu määrä oli kaksi tuntia, kun taas vuonna 2016 suositeltu määrä nousi kolmeen tuntiin. Lapsen päivittaisen liikunnan tulee olla kuormittavuudeltaan monipuolista, siihen tulee sisältyä kevyttä liikuntaa, reipasta ulkoilua sekä erittäin vauhdikasta fyysistä aktiivisuutta. Tämän lisäksi lapselle tulee antaa mahdollisuus rentoutumiseen ja lepoon (kuvio 1). Lapsen liikkumista tulee tukea ja pitkiä yhtäjaksoisia paikallaan oloja tulee välttää, koska se ei ole lapselle ominainen tapa toimia. Lapsi oppii toiminnallisesti: tutkimalla, kokeilemalla, yrittämällä ja erehtymällä. Toisinaan paikallaan pysyminen on välttämätöntä ja tällöin toimintaa tulee jaksottaa ja tauottaa. Varhaiskasvatushenkilöstön tulee huolehtia, että lapsilla on joka päivä toiminnallista liikkumista, esimerkiksi ulkona ja heidän tulee huomioida myös vähän liikkuvat lapset ja innostaa heitä liikkumaan. (Opetus- ja kulttuuriministeriö 2016, 9–15.)



KUVIO 1. Lapsen päivittaisen liikunnan monipuolisuus, mukaillen varhaisvuosien fyysisen aktiivisuuden suosituksia (Opetus- ja kulttuuriministeriö 2016, 14.)

Perheellä on suuri merkitys lapsen liikunnallisen elämäntavan omaksumisessa, joten aikuisen kannustaminen ja oma esimerkki ovat tärkeässä roolissa lapsen liikunnallisuuden tukemisessa. Yhdessä



tekemällä lapsi oppii vuorovaikutustaitoja ja myönteistä suhtautumista toisiin. Varhaiskasvatushenkilöstö keskustelee vanhempien kanssa liikunnallisuudesta, motorisesta kehityksestä sekä levon ja ravinnon määrästä. Ammattilaisten tulee miettiä myös omaa asennetta liikuntaan, rohkaiseeko hän puheillaan lasta vai rajoittaako. Aikuisen oma asenne liikuntaa kohtaan välittyy lapsille. (Opetus- ja kulttuuriministeriö 2016, 9–17.)

Kuuntele ja anna lapselle mahdollisuus vaikuttaa -suositus lisää lapsen osallisuutta liikunnan suunnittelussa ja toteutuksessa. Lapsella on mielipiteitä ja halu osallistua itseä koskevien päätösten tekoon ja suunnitteluun. Aikuisen tulee kuunnella lapsia tasavertaisesti ja ottaa huomioon heidän mielipiteitä. Lapselle tulee myös jättää tilaa omalle luovuudelle ja ajatuksille, ympäristöä ei tule tehdä liian valmiiksi, vaan lapsille tulee antaa mahdollisuus muokata ympäristöään. (Opetus- ja kulttuuriministeriö 2016, 9–16.)

Tekemällä taitoja ja monipuolisuus kunniaan -suositus painottaa sitä, että lapsella on oikeus liikkua ja haastaa fyysisiä rajojaan. Hänelle itselleen tulee antaa mahdollisuus arvioida liikkumiseen liittyviä riskejä. Erilaiset ympäristöt ja eri vuodenaikojen hyödyntäminen liikunnassa vahvistaa lapsen motorisia taitoja ja liikuntataidot pääsevät kehittymään monipuolisesti. Aikuisten tulee myös mahdollistaa monipuolinen liikkuminen ja karsia turhia kieltoja jotka estävät liikkumisen vapauden. Lapsella on oikeus liikkua ja mikäli hänellä on vaikeuksia siinä, hänellä on oikeus saada tukea ja apua. Lasta tulee rohkaista kokeilemaan ja onnistumisista tulee iloita yhdessä. Aikuisen tehtävä on luoda tilanteita joissa lapset voivat innostaa toisiaan liikkumaan ja näin saamaan myös toisiltaan oppia. (Opetus- ja kulttuuriministeriö 2016, 9-17.)

Aikuisen tulee antaa lapselle mahdollisuus muokata ympäristöä ja tiloja siten, että se mahdollistaa liikkumisen ja poistaa liikkumista haittaavia esteitä. Aikuisen täytyy myös itse etsiä ja luoda liikkumiseen houkuttelevia ympäristöjä niin sisällä, kuin ulkonakin. Lapsesta on hauskaa muokata ympäristöään leikkeihinsä ja tämä tukee leikkien ja liikunnan positiivia kokemuksia. Erilaisten liikuntaan innostavien välineiden ja lelujen tulee olla lasten saatavilla ja vapaassa käytössä, ne monipuolistavat lapsen kehollisia kokemuksia sekä kannustavat liikkumaan. Suositukset painottavat myös sitä, että osa välineiden hankitaan varatuista rahoista, tulee käyttää liikuntavälineisiin. Kaikkien välineiden ei tarvitse olla helposti käytettäviä, vaan ne voivat olla myös suuria ja raskaita, jotta lapsi tarvitsee niiden käyttämiseen ponnistelua ja mahdollisesti muiden lasten apua. (Opetus- ja kulttuuriministeriö 2016, 10, 23–26.)

Lasten itsestä lähtevän liikunnan lisäksi tulee olla myös ohjattua liikuntaa. Ohjattu liikuntaa tulee suunnitella lapsia kuunnellen ja mahdollistaa liikunnasta nauttiminen, onnistumisen ilot niin yksin, kuin ryhmässäkin. Aikuinen kannustaa, innostaa ja kehuu lapsia. Toiminnan tulee myös olla sellaista, että se ottaa huomioon kaikki erilaiset liikuntataidot omaavat lapset, eikä myöskään lapsen sukupuoli, perhe, kulttuuri, kieli, terveys tai muut yhdenvertaisuustekijät saa vaikuttaa lapsen mahdollisuuksiin osallistua liikuntaan. (Opetus- ja kulttuuriministeriö 2016, 10.) Jokaisella lapsella on oikeus suunniteltuun, tavoitteelliseen ja monipuoliseen liikuntakasvatukseen (Varhaiskasvatuslaki

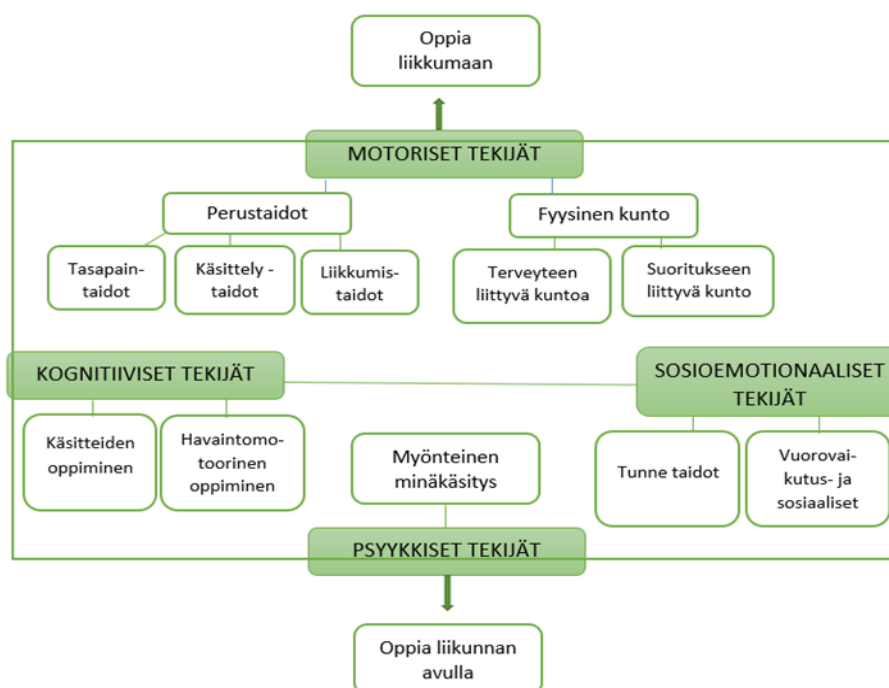
19.1.1973/36). Koko kylä liikuttaa -suositus painottaa varhaiskasvatushenkilöstön yhteistyötä perheen ja muiden toimijoiden kanssa. Kunnan teknisillä toimijoilla on vastuu piha- ja aluesuunnittelusta ja poliittisilla päättäjillä on velvollisuus tehdä lasten terveyttä ja hyvinvointia edistäviä päätöksiä. (Opetus- ja kulttuuriministeriö 2016, 10.)

Tässä opinnäyttyössä vanhoja liikuntasuosituksia tutkittiin siitä näkökulmasta, miten ne näkyvät Pienet lapset liikkeelle -käsikirjassa. Käsikirja perustuu vuoden 2005 liikuntasuosituksiin. Tutustuminen uusiin varhaisvuosien fyysisen aktiivisuuden suosituksiin oli oleellista, koska lopuksi pohdittiin, mitä Pienet lapset liikkeelle -käsikirjan päivittäminen vaatisi, jotta se vastaisi näihin uusiin suosituksiin. Tämän tarkastelun aikana havahduttiin siihen, että Pienet lapset liikkeelle -käsikirja on ollut aikaansa edellä, eikä Pienet lapset liikkeelle -käsikirjan päivittäminen vaadi paljoa, jotta se vastaisi uusia liikuntasuosituksia.

#### 4 LIIKKUMINEN LAPSEN KASVUN, KEHITYKSEN JA OPPIMISEN TUkena

Varhaiskasvatuksen keskiössä on lapsen kasvun, kehityksen ja oppimisen tukeminen sekä lapsen kokonaisvaltainen hyvinvointi, jota Kuopion kaupunki haluaa tukea parhaalla mahdollisella tavalla. Tähän tarkoitukseen Kuopion kaupunki on tehnyt Varhaiskasvatussuunnitelman perusteiden (Stakes 2005) pohjalta Kasvattajan käsikirjan (2012), jota täydentää liikuntakasvatuksen osalta Pienet lapset liikkeelle -käsikirja. Lähestymme lapsen kokonaisvaltaisen kasvun, kehityksen ja oppimisen tukemista liikuntakasvatuksen näkökulmasta. Liikunnan voidaan ajatella liittyvän vain fyysisen kasvun ja kehityksen tukemiseen, mutta liikunnalla on paljon kokonaisvaltaisempi vaikutus lapsen kasvuun, kehitykseen ja oppimiseen.

Liikunta vaikuttaa hyvän fyysisen kunnon lisäksi motorisiin, kognitiivisiin, sosioemotionaalisiin ja psyykkisiin, elämäntilanteiden sekä tyytyväisyyden osa-alueisiin. Nämä kaikki osaltaan vaikuttavat lapsen kehitykseen ja oppimiseen. (Sääkslahti 2015, 15–21.) Kuvio 2 näkyvät nämä yhteydet.



KUVIO 2. Liikunnan yhteydet lapsen kehityksen eri osa-alueisiin mukaillen Sääkslahtea (2015, 16.)

Liikkuminen on yksi keskeisimmistä oppimisen tavoista lapsille ja monipuolinen liikkuminen tukee lapsen kokonaisvaltaista kasvua, kehitystä ja oppimista. On havaittu, että Suomessa jo alle kouluikäiset lapset liikkuvat liian vähän, ja se on suorassa yhteydessä lisääntyneisiin terveysongelmiin. (Soini ym. 2011; Jaakkola, Liukkonen ja Sääkslahti 2013, 18.) Tämä on huolestuttavaa, sillä jotta lapset kasvaisivat ja kehittyisivät normaalisti, heidän tulee liikkua. Liikkuminen harjaannuttaa motorisia taitoja, joita lapset tarvitsevat selviytyäkseen elämästään ja oppiakseen uusia asioita ympäristöstään. (Sääkslahti 2005, 13.) Varsinkin alle kouluikäinen lapsi tarvitsee liikkeen mukaan oppiakseen uusia taitoja, sillä ilman liikettä jää monta asiaa kokematta ja näkemättä.

Motorinen kehitys on pohja sosiaaliselle ja kognitiiviselle kehitykselle. (Rintala 2005, 5.) On havaittu, että aivot tarvitsevat motorista stimulaatiota, joka kehittää aivoja ja kytkee niiden eri osat toisiinsa ensimmäisten elinvuosien aikana (Blomberg 2012, 13). Liikunta antaa myös hyvän tilaisuuden moraalikasvatukselle, koska varsinkin ryhmäliikunta tilanteissa lapsi voi pohtia oikeaa ja väärää, sääntöjen noudattamista ja itsekkyyttä. Liikunnassa, peleissä ja leikeissä on moraalikasvatuksen kannalta paljon haasteellisia tilanteita ja ne kehittävät myös tunne- ja vuorovaikutustaitoja. (Jaakkola 2013a, 22.) Olennaisinta lasten ja nuorten liikunnassa on se, että he saavat kokemuksia erilaisista asioista. Tästä syystä lasten liikunnasta ja liikkumisesta on tehtävä nautinnollista, koska mikäli lapsen mielestä liikunta ei ole nautinnollista hän helposti karttaa liikuntatilanteita. (Autio ja Kaski 2005, 9–10.) Varhaisvuosien fyysisen aktiivisuuden suosituksissa (Opetus- ja kulttuuriministeriö 2016, 5–7) sanotaan, että terveyttä ja hyvinvointia edistävä liikunnallisen elämäntavan omaksuminen alkaa jo varhaislapsuudessa. Tästä syystä varhaiskasvatuksen ammattilaiset ovat isossa roolissa liikunnallisen elämäntavan omaksumisessa.

#### 4.1 Lapsen motorinen kehitys

Motorinen kehitys on kehitysprosessi, joka johtaa aluksi lapsen tahdonalaisen liikkumisen oppimiseen ja myöhemmin motoristen taitojen laadulliseen kehittymiseen. Motoriset perustaidot tulee hallita, jotta lapsi pärjää itsenäisesti isossa ryhmässä. Siksi niiden oppiminen ennen kouluun menoa on tärkeää. (Sääkslahti 2015, 51, 158.) Motorinen kehitys on jatkuvaa. Kaikki lapset joilla on normaalit oppimisedellytykset omaksuvat motorisia taitoja, mikäli he saavat elää riittävän virikkeellisessä ympäristössä. Motorinen kehitys noudattaa tiettyjä lainalaisuuksia, joista yksi on kehityksen eri vaiheiden perättäisyys. Tämä tarkoittaa sitä, että uusien kehitysvaiheiden saavuttaminen edellyttää tiettyjen aikaisempien kehitysvaiheiden hallintaa. Esimerkiksi ennen ryömimään lähtemistä vauvan on pitänyt oppia hallitsemaan kehoaan. Motorinen kehitys jaetaan hienomotoriseen ja karkeamotoriseen kehitykseen. Karkeamotoriset taidot ovat taitoja, joissa vaaditaan suuria lihasryhmiä, kuten seisominen, kävely ja juokseminen. Hienomotoriset taidot taas vaativat pienten lihasten toimintaa ja niissä tarvitaan käsi-silmäkoordinaatiota sekä tarkkuutta. (Jaakkola 2013b, 173–174; Autio ja Kaski 2005, 13; Kauranen 2011, 346.)

Havaintomotoriset taidot ovat taitoja, joilla lapsi hahmottaa omaa kehoaan ja sen eri osia suhteessa ympäröivään tilaan, käytettävään aikaan ja voimaan. Havaintomotorisiin taitoihin kuuluvat muun muassa silmien ja käsien välinen koordinaatio, visuaalinen hahmottaminen ja tarkoituksenmukainen toiminta. (Sääkslahti 2015, 95.) Kehittymisen edetessä lapsen taidot paranevat ja vuorovaikutus kasvuympäristön kanssa syvenee. Uusien liikuntataitojen oppiminen edellyttää vuorovaikutusta fyysiseen ja sosiaaliseen kasvuympäristöön. Vuorovaikutus kasvuympäristöön tarkoittaa sitä, että kun lapsi esimerkiksi oppii liikkumaan, hän kykenee monipuolisempaan vuorovaikutukseen fyysisessä ja sosiaalisessa ympäristössä olevien asioiden ja esineiden kanssa. Tämä motivoi lasta kokeilemaan uusia taitoja. (Jaakkola 2013b, 173–174; Autio ja Kaski 2005, 13.) Motoristen perustaitojen oppiminen luo pohjan kognitiivisten taitojen kehittymiselle, ja on näin suorassa yhteydessä esimerkiksi koulumenestykseen (Jaakkola 2013a, 261–262).

Varhaiskasvatus on tärkeässä asemassa havainnoimassa lasten motorista kehitystä, koska päiväkodin on helpompi ottaa huomioon lapsen motoristen taitojen tuen tarve. Ainejakoisemmassa koulutyöskentelyssä kokonaisvaltaisen motorisen kehityksen tukeminen voi olla haastavampaa. (Viholainen, Hemmola, Suvikas ja Purtsi 2011, 13.) Missään muussa iässä ihminen ei omaksu yhtä suurta määrää uusia taitoja yhtä lyhyessä ajassa kuin ensimmäisten kolmen vuoden aikana. Lapsella on suuri liikkumisen tarve ja halu täydentää taitojaan. (Karvonen, Siren-Tiusanen ja Vuorinen 2003, 55.) Tämä tukee sitä, että liikuntapedagogiikka on hyvin tärkeää aivan sieltä varhaislapsuudesta saakka.

Ensimmäinen motorisen kehityksen vaihe on refleksitoimintojen vaihe, joka ajoittuu syntymästä ensimmäisen ikävuoden loppuun (Jaakkola 2013b, 174). Taidot kehittyvät lapsille tiettyjen samankaltaisten vaiheiden kautta kullekin omassa tahdissaan: toinen lapsi voi oppia esimerkiksi puhumaan ensimmäisenä ja toinen taas kävelemään. Tässä vaiheessa normaalissa kehityksessä voi olla hyvin paljon vaihtelua. Imeväisikäisen kehitys etenee päästä raajoihin, kehon keskiosasta ääreisosiin, kokonaisvaltaisesta eriytyneeseen ja karkeamotoriikasta hienomotoriikkaan. (Katajamäki 2005, 59–60.)

Noin 1-vuotias lapsi on oppinut jo kävelemään, puolitoistavuotias juoksee kömpelösti. Lapsen opittua kävelemään hänen kätensä vapautuvat muulle toiminnalle, hän nauttii erilaisten esineiden kasaamisesta, työntämisestä, vetämisestä ja heittämisestä. Erikokoiset ja -painoiset välineet harjaannuttavat lapsen motorisia taitoja. Parivuotias juoksee jo suhteellisen ketterästi ja kiipeilee portaita tasajalkaa. (Katajamäki 2005, 66.) Sääkslahden (2015, 44–45) mukaan ensimmäisinä vuosina aikuisen on tärkeää tukea lapsen itsenäistä ja omaehtoista liikuntaa. Pitkäkestoisia istumajaksoja tulisi välttää, jotta motoristen taitojen harjoittaminen mahdollistuu. Aikuisen tehtävänä on luoda lapsille vaihtelevia tilanteita ja ympäristöjä taitojen harjoittamiseen.

Noin 3-vuotias alkaa opetella ajamaan kolmipyöräisellä, ja tämän ikäinen osaa pukea helposti puettavia vaatteita ylleen. Silmien ja käsien koordinaatio on kehittynyt hyväksi. Leikit, joissa hypitään, kiivetään, kannetaan, roikutaan, työnnetään tai vedetään esineitä, kehittävät lapsen lihasvoimaa ja jänteiden lujuutta. Tasapaino alkaa kehittyä 3–5-vuotiaalla lapsella. Tämän ikäisen taidot kehittyvät nopeasti, mikäli hän saa luvan kokeilla, harjoitella ja leikkiä erilaisilla välineillä. (Katajamäki 2005, 66; Sääkslahti 2015, 43–47.)

Yli 4-vuotiaalla lapsella motoriset perustaidot vakiintuvat vähitellen, mikä mahdollistaa paremman liikuntamuotojen perustaitojen harjoittelun, muun muassa pyöräilyn ja uinnin. Tälle ikäkaudelle on tärkeää käden karkeamotoristen taitojen vahvistaminen muun muassa pallon käsittelytehtävillä. Karkeamotoristen taitojen oppiminen luo edellytykset hienomotoristen taitojen oppimiselle. (Jaakkola 2013a, 468.)

Viisivuotias hyppii jo ketterästi, heittää palloa ja ottaa sen kiinni. Luistelu ja hiihto saattavat alkaa kiinnostamaan tässä iässä, ja lapsella on valmiudet oppia näitä taitoja. (Katajamäki 2005, 66.) Esi-koululaisella eli 6-vuotiaalla tulisi olla jo hallussaan itsenäiseen liikkumiseen tarvittavat perustaidot.

Tämän ikäinen osaa soveltaa liikkumiseen tarvittavia taitoja erilaisissa tilanteissa ja ympäristöissä, ja hän tarvitsee haasteita kehittyäkseen. Erilaiset liikuntamuodot antavat lapselle motivaatiota kehittää ja monipuolistaa omia motorisia taitojaan pidemmälle. Liikunnalliset sääntöleikit ovat tyypillisiä mielenkiinnon kohteita tässä iässä. (Sääkslahti 2015, 44–46.) Taulukossa 1 on kuvattu leikki-ikäisen lapsen kehityksen kulkua.

TAULUKKO 1. Leikki-ikäisen motorinen kehitys (Katajamäki 2005, 67).

Ikä	Toiminnan kuvaus
1 v.	<ul style="list-style-type: none"> <li>• kävelee</li> <li>• kiipeilee portaita</li> </ul>
1,5 v.	<ul style="list-style-type: none"> <li>• juoksee kömpelösti</li> <li>• istuu tuolilla</li> <li>• heittää palloa</li> </ul>
2 v.	<ul style="list-style-type: none"> <li>• juoksee ketterästi</li> <li>• kiipeää portaat ylös ja alas tasajalkaa</li> </ul>
2,5 v.	<ul style="list-style-type: none"> <li>• hyppii tasajalkaa</li> <li>• seisoo yhdellä jalalla</li> <li>• ottaa askelia varpaillaan</li> </ul>
3 v.	<ul style="list-style-type: none"> <li>• ajaa kolmipyöräisellä</li> <li>• pukee, panee kengät jalkaan</li> <li>• rakentaa tornin kymmenestä palikasta</li> <li>• jäljentää ympyrän ja ristin</li> </ul>
4 v.	<ul style="list-style-type: none"> <li>• hyppii yhdellä jalalla</li> <li>• kävelee portaat alas vuoroaskelin</li> <li>• leikkaa kuvia saksilla</li> <li>• jäljentää neliön ja kolmion</li> </ul>
5 v.	<ul style="list-style-type: none"> <li>• hyppii molemmilla jaloilla</li> <li>• hyppää narua</li> <li>• ottaa pallon kiinni</li> <li>• alkaa luistella ja hiihtää</li> <li>• solmii kengännauhat</li> <li>• kirjoittaa numeroita ja kirjaimia</li> </ul>
6-7 v.	<ul style="list-style-type: none"> <li>• harjoittelee käytännön taitoja: piirtää, kirjoittaa, käyttää haarukkaa ja veistä, napittaa vaatteensa</li> </ul>

#### 4.2 Varhaiskasvatuksessa käytettävä liikuntapedagogiikka

Käsite liikuntapedagogiikka sisältää sekä liikunnan että pedagogiikan. Pedagogiikka itsessään tarkoittaa teoreettista ja käytännöllistä oppia kasvatuksessa (Jaakkola ym. 2013, 21). Liikunnalla taas tarkoitetaan tarkoituksellista fyysistä aktiivisuutta ja lihastoimintaa, joka saa aikaan energiakulutuksen kasvua (World Health Organization 2016). Liikunta on hyvin moniulotteista, eikä vain urheilulajien harrastaminen edusta liikuntaa. Pihaleikit, hyötyliikunta, ulkoilu, leikit ja pelit ovat hyviä esimerkkejä liikunnan laaja-alaisuudesta. Liikunnan ei tarvitse aina olla ohjattua, vaan se voi olla myös spontaania ja omaehtoista. Liikuntapedagogiikalla tarkoitetaan kaikkea toimintaa, jossa liikuntaan liittyviä

ilmiöitä tarkastellaan kasvatuksellisesta näkökulmasta. (Jaakkola ym. 2013, 17–18.) Liikuntapedagogiikasta puhutaan myös liikuntakasvatuksena ja käytämme näitä kahta käsitettä opinnäytetyössäme.

Yksi liikuntapedagoginen tavoite on kasvattaminen liikuntaan. Se tarkoittaa opettamista liikunnan harrastamiseen, terveellisiin elämäntapoihin ja omasta hyvinvoinnista huolehtimiseen liittyvien tietojen, taitojen ja asenteiden opettamiseen. Tähän tavoitteeseen kuuluu myös liikuntamotivaation edistäminen. Motivoinnin lisääminen on yksi liikuntakasvatuksen kulmakivistä. Tarkoituksena on luoda sellaisia liikuntaympäristöjä ja tilanteita jotka lisäävät liikuntamotivaatiota ja joissa osallistujat saavat myönteisiä emotionaalisia kokemuksia. Tällaiset kokemukset luovat pohjaa elinikäiselle fyysiselle aktiivisuudelle. (Jaakkola ym. 2013, 18; Koski 2013, 97.) Ammattilaisen tehtävä on suunnitella sellaisia liikuntahetkiä ja tehtäviä, joissa jokainen lapsi voi saada pätevyyden kokemuksia ja toiminnan tulee olla tarpeeksi haasteellista. Tällainen toiminta tukee lapsen kehitystä siten, että hän säilyttää itsensä myönteisen kuvan liikkujana. Tämä osaltaan edistää elinikäistä fyysistä aktiivisuutta. (Sääkslahti 2015, 164.)

Edellä mainitut seikat ovat liikuntakasvatuksen yksi kulmakivi, joka saa vahvat perusteet psykomotoriikasta. Psykomotoriikka on kehon ja mielen tiivistä yhteistyötä, jossa nähdään motoriikan ja psyykeen kehityksen yhteenkuuluvuus. Liikunnallisessa toiminnassa on aina mukana psyykkisiä ja emotionaalisia prosesseja. Lapsen kehitys on siten aina psykomotorista kehitystä. Psykomotoriikassa painotetaan humanista ihmiskäsitystä, jossa ihminen nähdään itsenäisenä, pystyvänä ja autonomisen itsensä toteuttajana, joka on sidoksissa aina sosiaaliseen yhteisöönsä, kuten perheeseensä. Humanistisen lähestymistapaan kuuluu myös vahvasti holistinen ihmiskäsitys, jossa psyykkiset, kognitiiviset, sosiaaliset ja fyysismotoriset prosessit ovat kiinteästi yhteydessä toisiinsa. Teoreettinen oletamus ihmisestä holistisena eli kokonaisvaltaisena olentona onkin yksi perustelu, mihin psykomotoristen harjoittelun vaikuttavuus perustuu. Psykomotorisen harjoittelun ensisijainen tavoite on persoonallisuuden vakauttaminen positiivisilla liikuntakokemuksilla. Tavoitteena on myös kehittää ja vahvistaa yksilön luottamusta itseensä ja omiin kykyihinsä. Psykomotorinen tukeminen edesauttaa omatoimisuutta ja ryhmäkokemukset inspiroivat omaehtoiseen toimintaan. (Zimmer 2011, 19–26; Koljonen 2005, 73–75.)

Toinen liikuntapedagogiikan tavoite on kasvattaminen liikuntaa käyttäen. Se tarkoittaa liikunnan käyttämistä välineenä lasten ja nuorten persoonallisuuden suotuisan kasvun ja kehityksen tukemisessa. Tähän lukeutuu muun muassa liikuntatilanteet, joissa lapsi oppii tunne- ja vuorovaikutustaitoja. Liikunta rohkaisee keholliseen itseilmaisuuksiin ja antaa lapselle paremmat mahdollisuudet tutustua kehoonsa. Tavoitteisiin sisältyy myös lasten ja nuorten myönteisen minäkäsityksen rakentuminen, tarjoamalla osallistujille mahdollisuuksia pätevyyden kokemuksiin erilaisissa liikuntatilanteissa. (Jaakkola ym. 2013, 20–21; Sosiaali- ja terveysministeriö 2005, 17.) Harvassa muussa toiminnassa tulee esiin niin paljon moraalisesti haasteellisia tilanteita, kuin leikkien ja pelien aikana (Laakso 2003, 20). Tässä korostuu liikunnan kasvatuksellinen puoli ja tilanteet, joissa liikuntaan yhdistyy pedagogisuus. Varhaiskasvatussuunnitelman perusteissa (Stakes 2005, 13) kasvatuspäämäärinä on muun

muassa lapsen henkilökohtaisen hyvinvoinnin edistäminen ja toiset huomioon ottavien käyttäytymismuotojen ja toimintatapojen vahvistaminen. Liikuntakasvatus osaltaan vastaa näihin kasvatuspäämääriin. Liikunta ei tue pelkästään terveellisyyttä ja fyysistä kehitystä, vaan se tukee myös lasten ja nuorten kokonaisvaltaista kehitystä.

Yksi oleellisin merkitysulottuvuus pysyvässä liikunnallisessa elämäntavassa on ilon ja leikin ulottuvuus. Kun lapsi kokee liikunnan ja leikin tuottavan hänelle iloa, se haastaa häntä kehittämään itseään liikunnan saralla. Varhaiskasvatuksen ammattilaisten tulee pohtia liikunnan toteutusta niin, että se luo lapselle mahdollisimman paljon positiivisia kokemuksia. Nämä positiiviset kokemukset herättävät lapsen kiinnostusta liikuntaa kohtaan ja hän alkaa kehittää liikuntataitojaan. (Koski 2013, 114–115.) Ilon ja leikin ulottuvuutta liikunnassa lisää myös osaltaan aikuisen tuki luomalla lapselle sellaisia leikki- ja liikuntaympäristöjä, jotka tukevat lapsen mielikuvitusta ja luovuutta. Jotkut ympäristöt ovat jo itsessään mielikuvitusta ruokkivia, muun muassa metsät. (Sääkslahti 2015, 101.)

Liikuntalaissa (2015) määritellään, että myös kunnalla on vastuu luoda edellytyksiä liikunnalle muun muassa järjestämällä liikuntapalveluja sekä terveyttä ja hyvinvointia edistävää liikuntaa eri kohderyhmät huomioon ottaen sekä rakentamalla ja ylläpitämällä liikuntapaikkoja. Liikuntalain tavoitteena on muun muassa edistää väestön mahdollisuuksia liikunnan harrastamiseen, terveellisiä elämäntapoja, fyysisen toimintakyvyn ylläpitämistä ja parantamista sekä lasten ja nuorten suotuisaa kasvua ja kehitystä.

Liikuntataitojen oppiminen tarkoittaa harjoittelun aikaan saamaa kehon sisäistä tapahtumasarjaa, joka johtaa pysyviin muutoksiin potentiaalisissa tuottaa liikkeitä. Keskeinen osa taidon oppimisen määritelmää on, että se tapahtuu harjoittelun seurauksena. Oppiminen onkin positiivinen ilmiö, ja kaikilla on mahdollisuus kehittää taitojaan. (Jaakkola 2013b, 162–163.) Tätä ajatusta tukee psykomotoriikan tarjoama näkökulma, jonka mukaan positiiviset liikuntakokemukset ovat mahdollisia kaikille lapsille, eikä vain taitavilla ja motorisesti lahjakkaille. Siinä myös yhdistyvät ennaltaehkäisevät ja kuntouttavat näkökulmat. (Koljonen 2005, 75.)

Motivaation katsotaan olevan liikuntataitojen oppimisen lähtökohta. Yksi lasten kanssa työskentelevien haaste onkin, kuinka he pystyvät luomaan ympäristöjä ja tilanteita, jotka motivoivat lapsia. Toimintaa suunniteltaessa tulee miettiä lähtökysymystä ”miksi”: miksi lapsen tulisi osallistua ohjattuun toimintaan jolle aikuiset ovat luoneet tavoitteet? Toimintaa suunniteltaessa on oleellista miettiä tavoitteita ja motivaatiota niin lasten kuin ohjaajankin tarpeista. Vaikka toiminta olisikin vapaampaa, toiminnan punaisena lankana ovat kasvattajien asettamat tavoitteet. Tavoitteiden ympärille voi kehittää hyvin erilaista toimintaa. Esimerkiksi jos tavoitteena on oppia pallon heittämistä, voi toimintaa tehdä hyvin erilaisin keinoin, kuten kaatamalla keiloja pallolla, tarkkuusheitolla maaleihin ja pallon heitolla toiselle. Liikuntataitoja opitaan hyvin paljon tiedostamatta, muun toiminnan ohessa. Taitoja kuitenkin opitaan tekemällä, joten toisto ja toiminnan määrä ovat hyväksi. Taitojen oppimista tukee, että suorituspaikkoja ja opeteltavia taitoja vaihdellaan. Monipuolisuus on motorisia perustaitoja huomioivaa harjoittelua. Suomen neljä vuoden aikaan tarjoavat hyvät mahdollisuudet monipuoliselle



liikkumiselle. (Jaakkola 2013c, 365–373.) Toiminnan määrään pystyy vaikuttamaan sillä, että ympäristössä on esimerkiksi useita pisteitä joita lapset kiertävät. Näin toimintaa voi suunnitella joko niin, että punaisena lankana toiminnassa on yhden taidon oppiminen erilaisin keinoin tai sisältöön voi upottaa useiden taitojen harjoittelemista.

Varhaisvuosien liikuntakasvatukselle ominaista on, että lapsella on suuri sisäinen halu liikkua ja tästä syystä aikuisen tulee luoda liikkumisen mahdollisuuksia. Asteittain vaikeutuvat tehtävät ja liikunnalliset haasteet tuottavat lapselle mielihyvää sekä useat toistot harjaannuttavat motorisia taitoja. Yleensä lapsella on fysiologinen tarve liikkua, joten lasta harvoin tarvitsee erikseen motivoida liikkumaan. Silti ammattilaisilla tulee olla valmiudet motivointiin. Aikuisten tulisi pohtia mihin lapsia kannustetaan, mihin annetaan aikaa ja mitä lasten sallitaan tekevän. Koska lapsilla on yleensä halu liikkua, tulisi ammattilaisten pohtia oman asenteensa merkitystä lasten liikuntamotivaatioon. (Sääkslahti 2003, 38; Sääkslahti 2015, 110.)

Useat päivähoitossa olevat lapset viettävät hoitopaikassaan pitkän päivä, jopa 8–9 tuntia. Tästä syystä on tärkeää, että toiminnan, ruokailun ja levon rytmi on suunniteltu huomioiden lapsen hyvinvointi. Liikuntaa saa sisällytettyä toimintaan pitkän päivää. Aamu voi alkaa aamutuokiolla, joka sisältää liikuntaa. Liikuntaa voi integroida helposti myös muihin orientaatioihin, kuten matematiikkaan tai luonnontieteeseen. Siirtymä- ja odotustilanteisiin on hyvä lisätä taukoliikuntaa ja pitkään kestävä istuminen on hyvä katkaista välillä taukojumppaan. Motorisen aktiivisuuden yhdistäminen toimintaan ja opetukseen lisää lasten oppimisen mahdollisuuksia. (Pönkkö ja Sääkslahti 2013, 471–474.)

Liikuntaa pystyy tarjoamaan lapsille enemmän ja monipuolisemmin, kun aikuiset pohtivat ja tekevät ympäristöön liikuntaa tukevia järjestelyjä, esimerkiksi parantavat tilojen soveltuvuutta leikkiin ja liikkumiseen. Lasten spontaanien leikkien ja liikkumisen salliminen on tärkeässä roolissa ja aikuistenkin tulee osata järjestää spontaanisti erilaisia liikuntatilanteita sekä leikkejä. Spontaanien liikuntatilanteiden lisäksi toimintaan sisältyy ennalta suunniteltuja liikuntatilanteita, joita ohjaa pedagoginen ote. (Karvonen ym. 2003, 97.)

Liikuntakasvatuksen ja lasten motorisen kehityksen teoriatietoa tarkastellaan tässä opinnäytetyössä siitä näkökulmasta, miten Pienet lapset liikkeelle -käsikirja niihin vastaa. Tarkastelu on tehty myös ymmärryksen lisäämiseksi sen suhteen, mihin teorioihin käsikirjan tiedot ja sisältö pohjautuvat. Tämä on ollut tärkeää oikeiden kysymysten löytämiseksi.

#### 4.3 Lapsen osallisuus varhaiskasvatuksessa

Liikunnan vaikutuksesta lapsen kehitykseen tutustuttaessa törmää jatkuvasti positiivisten liikuntakokemusten tärkeyteen. Positiivisten liikuntakokemusten mahdollistamisessa lasten osallisuus on keskeisessä asemassa. On selvää, että kaikki lapset eivät pidä kaikenlaisesta liikunnasta, eivätkä kaikki lapset voi saada onnistumisen kokemuksia joka lajista. Siksi on tärkeää kuunnella lapsia heidän kehityksen ja ikänsä edellyttämällä tavalla, jotta jokaiselle mahdollistuisi positiivisia liikuntakokemuksia.

Lapsen osallisuuteen löytyy perustelut Suomen varhaiskasvatuslaista (19.1.1973/36, § 7), jossa todetaan, että ”Lapsen varhaiskasvatusta suunniteltaessa, toteutettaessa ja arvioitaessa lapsen mielihyvä ja toivomukset on selvitettävä ja otettava huomioon hänen ikänsä ja kehityksensä edellyttämällä tavalla”. Myös YK:n yleissopimus lapsen oikeuksista (Unicef s. a.) ja sen toteutuminen ovat yksi keskeinen perustelu lasten osallisuuden mahdollistamiselle. Nämä kuuluvat yhteiskunnallisiin tarkoituksiin. Leena Turjan (2011, 26) mukaan yhteiskunnallisten tarkoituksien lisäksi löytyy myös ammatilliset ja pedagogiset tarkastelukulmat, joilla voidaan perustella lasten osallisuuden tärkeyttä. Ammatilliset tarkoitukset korostavat lasten osallisuuden merkitystä varhaiskasvatuspalvelujen kehittämisessä ja kasvatuksen ammattilaisten ammattitaidon kehittämisen apuna, jossa lasten näkemykset toimivat kasvattajille oman työnsä peilinä. Pedagogisen näkökulman mukaan ilman lasten osallisuutta ei ole edellytyksiä sosiokulttuurisen oppimiskäsityksen mukaiselle varhaiskasvatustyölle. Tämän näkökulman mukaan lasten osallisuus mahdollistaa myös lapsen myönteisen itsetunnon kehittymisen tukemisen ja vuorovaikutustaitojen monipuolisen kehityksen siihen suuntaan, mitä demokraattinen yhteiskunta vaatii.

Osallisuus ei tarkoita vain osallistumista, mukana olemista ja läsnäoloa. Oleellista on, että yksilöt voivat vaikuttaa toiminnan sisältöön. Osallisuudesta on löydettävissä kolme tasoa: tiedollinen, toiminnallinen ja tunnetaso. Tiedollinen taso on lähtökohta osallisuudella. Ilman tietoa ympäröivästä maailmasta ja erityisesti sen yhteisön pelisäännöistä, eivät lapset voi olla aidosti osallisia yhteisöisensä. Tieto vaikuttaa esimerkiksi siihen, kuinka lapsi voi esittää toivomuksiaan ja ideoitaan. Toiminnalliseen tasoon kuuluu toiminnan eri vaiheet eli toiminnan prosessit, joissa edetään ideoista suunnitelman laatimiseen, päätöksen tekoon, toteutukseen ja toiminnan arviointiin. Myös materiaallinen saatavuus kuuluu toiminnalliseen tasoon, esimerkiksi liikuntavälineiden jokapäiväinen saatavuus on tätä osallisuuden tasoa. Tunnetasoon liittyy oma kokemus tilanteesta. Voi näyttää esimerkiksi siltä, että lapsi on vain läsnä, mutta kokee itse olevansa osallinen. Silloin lapsi on osallinen. Tunnetasolla lapsi kokee, millainen toiminnan ja tilanteen merkitys on. Merkityksellinen toiminta tallentuu lapsen toimintavarastoon seuraavia koitoksia varten. (Turja 2011, 26–31.)

Osallisuus nousee vahvasti esille Pienet lapset liikkeelle -käsikirjassa. Tässä opinnäytetyössä osallisuutta tarkastellaan käsikirjan käyttöön liittyvästä näkökulmasta. Miten vastaajat ovat vastanneet osallisuuteen liittyviin kysymyksiin, kertoo siitä, kuinka he ovat käsikirjan sisäistäneet ja miten he sitä käyttävät. Tällä haetaan syvyyttä tutkimuskysymykseen: ”Miten Pienet lapset liikkeelle -käsikirja on käytössä Kuopion varhaiskasvatuspalveluissa?”.

## 5 TUTKIMUKSEN TOTEUTUS

Tämän opinnäytetyön tarkoitus on, että Kuopion kaupunki pystyy arvioimaan, mikä merkitys Pienet lapset liikkeelle -käsikirjalla on heidän toiminnalleen. Pienet lapset liikkeelle -käsikirja on suhteellisen uusi teos, joten tässä vaiheessa on tarpeellista arvioida sen toimivuutta varhaiskasvatuksessa. Käsikirjan on tarkoitus ohjata ja lisätä varhaiskasvatuksessa tapahtuvaa liikuntakasvatusta ja lasten osallisuutta siinä. Tutkimuksen tavoitteena on löytää niitä seikkoja, jotka estävät ja edistävät Pienet lapset liikkeelle -käsikirjan hyödyntämisen liikuntakasvatuksessa. Tämän opinnäytetyön tutkimustehtävänä on tutkia, millaista lisäarvoa Pienet lapset liikkeelle -käsikirja tuo Kuopion kaupungin varhaiskasvatuksen liikuntakasvatukseen. Tutkimuskysymykset ovat:

- 1) Miten Pienet lapset liikkeelle -käsikirja on käytössä Kuopion varhaiskasvatuspalveluissa?
- 2) Mitkä seikat edistävät käsikirjan käyttöä?
- 3) Mitkä seikat estävät käsikirjan käyttöä?

Varhainen puuttuminen, ennaltaehkäisy ja lapsen osallisuus ovat tämän hetken tärkeitä painopisteitä, joihin tämä opinnäytetyö omalta osaltaan pyrkii vastaamaan liikuntapedagogiikan näkökulmasta. Keskeisiä käsitteitä tässä opinnäytetyössä ovat liikuntapedagogiikka, lapsen osallisuus, motorinen kehitys ja varhaiskasvatus.

Opinnäytetyön teko alkoi valmiin dokumentti aineiston analysoinnilla. Kuopion kaupungin varhaiskasvatuspalvelut oli teettänyt henkilöstölleen kyselyn vuosina 2014–2015. Kysely oli osa Kuopion kaupungin varhaiskasvatuspalveluiden sisäistä arviointia. Kyselyn tarkoituksena oli arvioida Kasvattajan käsikirjan sisältöä. Kyselyyn oli vastattu tiimeissä, tuolloin tiimejä oli reilu kaksisataa. Kyselyyn vastasi 122 tiimiä. Kysymyksiä kyselyssä oli: ”Mitä konkreettisia toimenpiteitä olette tehneet monipuolisen toiminnan kasvun, kehityksen ja oppimisen mahdollistamiseksi?” ja ”Mistä toimintatavoista olette luopuneet monipuolisen toiminnan kasvun, kehityksen ja oppimisen saavuttamiseksi?”. Analyysia tehdessä huomio kohdistui liikuntaan ja lapsen osallisuuteen. Vastaukset olivat avoimia vastauksia. Sisällön analyysi alkoi jakamalla aineisto teemoihin. Tästä analyysistä (liite 1) selvisi, että Pienet lapset liikkeelle -käsikirja on jollain tavalla käytössä Kuopion kaupungin varhaiskasvatuspalveluissa. Analyysiä on hyödynnetty tehtäessä kyselyä Pienet lapset liikkeelle -käsikirjasta. Analyysissa selvisi, että päiväkodit olivat monipuolistaneet toimintaansa lisäämällä suunnitteluaikaa. Lisäksi he olivat muuttaneet ryhmäkokoja, ruvenneet hyödyntämään tilojaan paremmin ja pienryhmätoimintaa oli lisätty. Päiväkodit olivat tehneet konkreettisia toimenpiteitä liikunnan lisäämiseksi ja monipuolistamiseksi. Nämä seikat ohjasivat tutkimuksen kyselyn tekemistä, ja konkreettisesti analyysi ohjasi kysymysten teemoja ja asettelua.

Työsuunnitelma esitettiin syyskuussa 2016 ja tutkimuslupa opinnäytetyölle saatiin 18.8.2016 (liite 2). Työsuunnitelma esityksen jälkeen alkoi kyselyn laatiminen. Kyselystä laadittiin tiedote (liite 3) päiväkodeille, joka toimitettiin eteenpäin lokakuussa 2016. Tiedotteessa oli kerrottu lyhyesti tutkimuskohteesta ja tutkimuksen toteuttamisesta. Tiedotteesta ilmeni, että päiväkodeille lähetetään

sähköpostissa linkki kyselyyn marraskuussa 2016. Näin tiimeillä oli mahdollisuus varata ennalta aikaa kyselyyn vastaamiseen.

Kysely Pienet lapset liikkeelle -käsikirjasta toteutettiin marras- ja joulukuussa 2016. Opinnäytetyön tilaajaan toiveesta tiedote ja kyselyn linkki toimitettiin toimeksiantajan edustajalle, ja hän toimitti ne eteenpäin päiväkotienjohtajille. Päiväkotienjohtajat taas toimittivat tiedotteen ja kyselyn tiimeilleen. Kyselyssä oli vastausaikaa reilu kuukausi, jota jatkettiin myöhemmin vielä viikolla vähäisen vastausmäärän vuoksi. Kysely oli samanlainen kaikille vastaajille. Kyselyn vastaukset analysoitiin taulukoinnilla, ristiintaulukoinnilla ja sisällönanalyysillä. Näiden tulosten pohjalta arvioitiin, millaista lisäarvoa Pienet lapset liikkeelle -käsikirja tuo Kuopion varhaiskasvatuksen liikuntakasvatukseen.

## 5.1 Kvantitatiivinen tutkimusmenetelmä

Kvantitatiivinen eli määrällinen menetelmä on tutkimustapa, jossa tietoa tarkastellaan numeroiden pohjalta. Tutkittavaa ilmiötä pystytään kuvaamaan numeerisen tiedon pohjalta. Menetelmä vastaa kysymyksiin: ”Mikä?”, ”Missä?”, ”Paljonko?” ja ”Kuinka usein?”. (Heikkilä 2014, 15.) Käytännössä kvantitatiivinen menetelmä tarkoittaa sitä, että tutkittavia asioita ja niiden ominaisuuksia käsitellään yleisesti kuvaillen numeroita käyttäen, eli tieto saadaan numeroin ja tutkijan tehtävänä on tulkita ja selittää olennainen numerotieto sanallisesti. Määrällisessä tutkimuksessa aineistolle on tyypillistä, että vastaajien määrä on suuri. Mikäli otos on useita satoja, on 30–40 vastausprosentti riittävä. (Vilka 2007, 14–17; Kananen 2010, 95.) Heikkilän (2014, 15) mukaan kvantitatiivisella tutkimuksella saadaan yleensä selvitettyä olemassa oleva tilanne ja tässä opinnäytetyössä tilaajan toive oli, että selvitetään, kuinka Pienet lapset liikkeelle -käsikirja on tällä hetkellä käytössä. Tässä tutkimuksessa numeraalista tietoa saatiin kyselyn kymmenestä ensimmäisestä kysymyksestä, jotka on tulkittu sanallisesti ”Tutkimuksen tulokset” ja ”Pohdinta” osiossa.

Kvantitatiivisen tutkimusprosessin vaiheisiin kuuluu alussa tutkimusongelman määrittäminen. Tähän kuuluvat aihealueen valinta, tavoitteiden asettaminen ja taustatietojen hankkiminen. Ennen tutkimusta tulee perehtyä aikaisempiin tutkimuksiin ja kirjallisuuteen aiheesta sekä laatia mahdollinen hypoteesi. Tämän jälkeen alkaa tutkimussuunnitelman laatiminen jonka aikana tutkimuksen tavoitteet täsmentyvät, valitaan tutkimusmenetelmä sekä päätetään tietojen hankintatavasta. Suunnitelman jälkeen alkaa tiedonkeruuvälineen rakentaminen eli kyselyn tekeminen ja lopulta sen lähettäminen vastaajille. Tiedon keräämisen jälkeen alkaa tietojen käsittely sekä analysointi sekä lopulta tulosten raportointi ja johtopäätösten tekeminen. (Heikkilä 2014, 23.) Tässä tutkimuksessa edettiin kvantitatiivisen tutkimusprosessin mukaisesti. Ennen tutkimussuunnitelman laatimista perehdyttiin teoretietoon ja lopulta valittiin tutkimusmenetelmä sekä tietojen hankintatapa, joka tämän tutkimuksen kohdalla oli kysely.

Määrällisessä tutkimuksessa etsitään kausaalisuhteita aineistosta ja pyritään selittämään niitä. Kausaalisuus tarkoittaa sitä, että tutkimusaineistosta etsitään syy–seuraus-suhteita. Tutkimuksessa on oletuksena, että jokin taustalla oleva tekijä johtaa yleistettävästi tietynlaisiin seuraksiin (Vilka 2007, 23). Opinnäytetyössä tutkittiin, kuinka Pienet lapset liikkeelle -käsikirja on käytössä. Lisäksi syitä

sille, mikä estää käsikirjan käyttöä ja toisaalta taas edistää sen käyttöä. Määrällisessä tutkimuksessa on tarkoituksena vastata esimerkiksi seuraaviin kysymyksiin: Kuinka paljon joku asia vaikuttaa toiseen tai kuinka usein jokin asia ilmenee (Vilka 2007, 19–23).

Muuttujien riippuvuudet ja yhteydet voidaan selvittää ristiintaulukoinnilla. Ristiintaulukoinnilla voidaan tutkia, kuinka paljon jokin toinen asia vaikuttaa toiseen. Näin saadaan esille syy-seuraus-suhteita. Ristiintaulukoinnilla voidaan todentaa kahden tai useamman muuttujan välistä riippuvuutta. Sillä tutkitaan muuttujien luokittumista ja niiden välisiä riippuvuuksia. Ristiintaulukoimalla voidaan esimerkiksi tutkia, vaikuttaako sukupuoli mielipiteeseen Suomen EU-jäsenyydestä. Khin neliötesti kertoo otantatutkimusta tehtäessä, onko tämä sama syy-seuraus suhde löydettävissä perusjoukosta. (Metsämuuronen 2000, 44; KvantiMOTV 2004.) Kvantitatiivisen aineiston analyysistä lisää aineiston käsittely ja analysointi kappaleessa.

Tähän tutkimukseen kvantitatiivinen menetelmä oli hyvä. Aineisto kerättiin sähköisesti ja osa vastauksista käsiteltiin tilastollisin menetelmin. Käsikirjan käyttöä kuvattiin numeerisen tiedon pohjalta. Ristiintaulukointia käyttämällä pyrittiin saamaan selville kausaalisuhteita, mutta ristiintaulukoinnin tulokset eivät olleet tutkimuksen kannalta merkittäviä.

## 5.2 Kvalitatiivinen tutkimus

Kvalitatiivista eli laadullista tutkimusta voi luonnehtia prosessiksi. Kun tutkijan tietoisuus aiheesta lisääntyy, voi aineistoon liittyvien näkökulmien ja tulkintojen katsoa kehittyvän vähitellen koko prosessin ajan. Kentältä saatavan aineiston merkitys teoreettisen tarkastelun jäsentäjänä korostuu laadullisessa tutkimuksessa. Tästä syystä työssä tulee antaa tilaa esimerkiksi kentältä nousseisiin painopisteisiin ja niiden pohjalta tapahtuvalle ilmiön tarkastelulle. Käytännön kentän ja teoreettisen viitekehyksen välinen suhde lisää tarkasteltavaan asiaan vuorovaikutteisuuutta. Keskeistä laadullisessa tutkimuksessa on teoreettisten ydinkategorioiden löytäminen, se auttaa rajaamaan ja jäsentämään kehittymässä olevaa tutkimusta. Laadullinen tutkimus on osaltaan jatkuva oppimisprosessi, jossa koko prosessin ajan pyritään kasvattamaan tutkijan tietoisuutta tarkasteltavana olevasta ilmiöstä ja sitä ohjaavista tekijöistä. (Kiviniemi 2015, 74–80; Eskola ja Suoranta 1998, 15–16.) Vilkan (2005, 97–98) mukaan laadullisella tutkimuksella ei ole tarkoitus löytää yhtä totuutta, vaan tehdä tulkintoja aiheesta kokemusten pohjalta. Tutkiessa voidaan luoda erilaisia malleja, ohjeita tai toimintaperiaatteita tutkittavasta aiheesta.

Laadulliseen tutkimukseen voi sisältyä myös kvantitatiivisia eli määrällisiä muotoja. Tällöin tutkimukseen voi kuvata haastatteluista saatua materiaalia numeerisesti ja tilastojen valossa (Eskola ja Suoranta 1998, 13–14). Tämän tutkimuksen pääpaino on kvantitatiivisessa tutkimuksessa. Laadullisen tutkimuksen luotettavuutta mittaa aineiston kylläntyminen eli saturaatio. Käytännössä tämä tarkoittaa sitä, että laadullisen aineiston vastaukset alkavat toistaa itseään. (Saaranen-Kauppinen ja Puusniekka 2006a.) Kvalitatiivisen aineiston analyysistä lisää aineiston käsittely ja analysointi kappaleessa.

Pienet lapset liikkeelle -käsikirjan kyselyn avoimia vastauksia käsiteltiin kvalitatiivisin menetelmin. Se oli prosessi, jossa tietoisuus käsikirjan käytöstä syveni tutkimuksen aikana. Ymmärrys myös käsikirjan käyttöä edistävästä ja estävästä seikoista selkeytyi aineiston kyllääntyessä. Avoimien kysymysten vastauksista tehtiin tulkinta, sen tietoisuuden pohjalta, mitä tämän prosessin aika oli kertynyt. Tässä tutkimuksessa luotiin ”Hyvän pedagogisen toiminnan edellytyksiä liikuntakasvatuksessa” -malli avointen kysymysten vastausten pohjalta. Tätä mallia tukee myös numeraalisesti kerätyt tiedot.

### 5.3 Triangulaatio – tutkimusmenetelmien yhdistäminen

Triangulaatio tarkoittaa erilaisten metodien, tutkijoiden, tiedonlähteiden tai teorioiden yhdistämistä tutkimuksessa. Triangulaatiossa on kyse moninäkökulmaisuuudesta tai siitä, että yhdistetään monia lähestymistapoja ja menetelmiä. Tarkoituksena on parantaa tutkimuksen luotettavuutta. Triangulaatio tuo tutkimukseen syvyyttä ja leveyttä, mutta se ei luo täsmällistä paikkansapitävyyttä totuuden merkityksessä. Erilaisten tutkimusmenetelmien tai näkökulmien käyttäminen saattaa saada aikaan samasta ilmiöstä ristiriitaisia tutkimustuloksia. Triangulaation tarkoitus on luoda tutkittavasta kohteesta mahdollisimman monipuolinen kuva. (Tuomi ja Sarajärvi 2013, 143–144; Saarinen-Kauppinen ja Puusniekka 2006b.) Tätä mahdollisimman monipuolista kuvaa tavoiteltiin myös tässä tutkimuksessa, sillä käsikirjan käyttöön liittyy monia eri taseoisia tekijöitä, joita olisi voinut olla vaikea löytää vain yhtä menetelmää käyttämällä.

Triangulaatio lajitellaan yleensä neljään päätyyppiin: tutkimusaineistoon, tutkijaan, teoriaan ja metodeihin liittyvään. Tutkimusaineistoon liittyvä triangulaatio tarkoittaa sitä, että tietoa kerätään eri tiedonantajaryhmiltä esimerkiksi päiväkodinjohtajalta, lastentarhanopettajalta, vanhemmilta ja lapsilta. Tutkijaan liittyvä triangulaatio tarkoittaa, että tutkijoita on mahdollisimman monta. Teoreettisessa triangulaatiossa otetaan huomioon monia teoreettisia näkökulmia laajentamaan tutkimuksen näkökulmaa. Metodinen triangulaatio tarkoittaa monien metodien käyttämistä samassa tutkimuksessa. Metodinen triangulaatio jaetaan kahteen alaryhmään, metodien sisäisiin ja välisiin. Metodien sisäisessä triangulaatiossa käytetään yhtä metodologia, esimerkiksi kyselyä, jossa kysytään samaa asiaa erityyppisin kysymyksin, kuten avoimin ja suljetuin. Metodien välisessä triangulaatiossa kerätään samasta ilmiöstä tietoa eri metodein tai tutkimusstrategioin, kuten haastattelulla, havainnoinnilla ja kyselyllä. Triangulaatiosta voidaan puhua myös eri analyysimenetelmien käytön yhteydessä. Tämä tarkoittaa käytännössä sitä, että tutkimuksen tulokset voidaan todistaa oikeaksi käyttämällä erilaisia tilastollisia testejä tai laadullisen analyysin menetelmiä. Monitriangulaatiossa käytetään kahta tai useampaa triangulaation päätyyppiä. Jaksoittaisessa triangulaatiossa käytetään eri vaiheissa eri metodeja. (Tuomi ja Sarajärvi 2013, 144–145.)

Triangulaation käyttö on hyvä perustella. Yleensä tätä perustellaan, ettei yksittäisellä tutkimusmenetelmällä saada tarpeeksi kattavaa kuvaa tutkittavasta kohteesta. Kvantitatiivisen ja kvalitatiivisen tutkimusotteen samanaikainen käyttö antaa monia etuja, mutta se on työlästä ja käyttäessä triangulaatiota tutkimusmenetelmien erilaiset taustateoriat ja ihmiskäsitykset voivat aiheuttaa sekaannusta. (Saarinen-Kauppinen ja Puusniekka 2006a.) Triangulaation käyttötarkoitus voi liittyä tutkimuksen

totuuden ongelmaan tai tutkittavan kohteen kokonaisuuden hahmottamiseen (Tuomi ja Sarajärvi 2013, 144).

Triangulaatiota käytettiin useissa eri vaiheissa tätä opinnäytetyötä. Opinnäytetyössä käytettiin niin määrällistä, kuin laadullista tutkimusotetta. Tämä oli välttämätöntä, koska tutkittiin, kuinka Pienet lapset liikkeelle -käsikirja on käytössä päiväkodeissa ja millaista toimintaa käsikirjan pohjalta toteutetaan. Käsikirjasta luettu tieto ei automaattisesti siirry toiminnantasolle. Toiminnantason saavuttaminen vaatii tiedon ymmärtämistä, sisäistämistä ja motivaatiota tehdä toimintaa tiedon pohjalta. Tämä prosessi on niin monimutkainen ilmiö, että siihen pitää ottaa useampi näkökulma, jotta se avautuisi kokonaisuutena. Käytännössä tämä tarkoitti sitä, että kyselyllä selvitettiin Kuopion kaupungin varhaiskasvatuksen ammattilaisilta, kuinka he käyttävät käsikirjaa ja kuinka usein. Kyselyssä oli monivaihtokysymyksiä, matriiseja ja avoimia kysymyksiä, jotta tutkittavasta ilmiöstä sai mahdollisimman laajan kuvan. Kyseessä oli sisäinen metodinen triangulaatio, jossa käytettiin yhtä metodologiaa eli tämän opinnäytetyön osalta kyselyä. Metodista triangulaatiota käytettiin myös kyselyn vastauksia analysoidessa. Kyselyn avoimet vastaukset käsiteltiin aineiston analyysillä ja muut vastaukset tilastollisin menetelmin, kuten ristiintaulukoinnilla. Tutkijoita tässä opinnäytetyössä oli kaksi, joten koko tutkimuksen ajan käytettiin myös tutkijoihin liittyvää triangulaatiota.

#### 5.4 Kohderyhmä, aineistonkeruun menetelmä ja kyselylomakkeen laatiminen

Tutkimuksessa huomio kiinnittyy johonkin kohteeseen eli perusjoukkoon. Tutkimusta tehdessä on aluksi pohdittava, tehdäänkö tutkimus kokonaistutkimuksena. Kokonaistutkimuksessa tutkitaan perusjoukon jokaista otantayksikköä. (Holopainen ja Pulkkinen 2008, 29.) Mittauksen kohteena olevia yksiköitä voidaan kutsua havaintoyksiköiksi. Havaintoyksikkö määräytyy tutkimustehtävän perusteella. Esimerkiksi jos halutaan tutkia eurooppalaisia pääkaupunkeja, havaintoyksikkönä on Euroopan pääkaupungit. (KvantiMOTV 2003.)

Tässä tutkimuksessa perusjoukkoa ovat Kuopion kaupungin varhaiskasvatuksessa ja esiopetuksessa työskentelevät henkilöt. Kyseessä oli kokonaistutkimus. Tutkimuksen kohteena olivat kaikki työntekijät, mutta he vastasivat Webropol-kyselyyn tiimeittäin. Yhden tiimin vastaus laskettiin yhdeksi vastaukseksi. Työntekijöitä päiväkodeissa ja esiopetuksessa oli yhteensä noin 880 ja tiimejä on 270 (Lappalainen 2017-02-13). Kysely oli suunnattu päiväkotien ja esiopetuksen tiimeille. He vastasivat kyselyyn tiimeissä, joihin kuuluvat lastentarhanopettaja ja lastenhoitajat. Kuopion varhaiskasvatuksessa on käytössä tiimityöskentely, jossa työntekijät tiimipalaverissa suunnittelevat toimintaa, keskustelevat havainnoista ja mahdollisista huolen aiheista. Tiimi muodostuu lapsiryhmän työntekijöistä. Tiimiä johtaa tiimivastaava, joka on lastentarhanopettaja. Tiimivastaavan tehtäviin kuuluu toimia ryhmän pedagogisena johtajana. (Lappalainen 2017-02-13.)

Tässä tutkimuksessa aineistonkeruu menetelmänä oli kysely. Kysely on määrällisen tutkimuksen väline, jolla tutkittavasta asiasta saadaan määrällistä tai määrälliseksi muutettavaa sanallista tietoa. Kvantitatiivisessa tutkimuksessa tutkittava asia operationalisoidaan ja strukturoidaan. Operationalisointi tarkoittaa teoreettisen tiedon muuttamista arkiymmärryksen tasolle. Tutkittavat asiat myös

strukturoidaan eli vakioidaan kyselylomakkeeseen kysymyksien ja vaihtoehtojen muotoon siten, että asiat ovat ymmärrettävissä kaikille samalla tavalla. (Vilkkä 2007, 14–15.)

Kvantitatiivisessa tutkimuksessa kysymysten laatiminen ja tiedonkeruu ovat olennainen osatekijä ja tästä syystä tärkeässä roolissa tutkimusta tehdessä. Kyselyn laatiminen edellyttää tutkimukseen liittyvään kirjallisuuteen tutustumista, tutkimusongelman pohtimista ja täsmentämistä, avainkäsitteiden määrittelyä sekä tutkimusasetelman valintaa. Kyselyn tekijällä tulee olla tietoa siitä mitä ohjelmaa tietojen käsittelyssä käytetään, miten tiedot syötetään ja millä tavalla tulokset halutaan raportoitavan. Tutkijan on varmistettava kyselyä laatiessaan ja ennen lähettämistä, että tutkittava asia saadaan selvitettyä kysymyksillä. Kyselyn laatiminen on syytä tehdä huolellisesti. (Heikkinen 2014, 45–46.)

Kysely pohjautui Pienet lapset liikkeelle -käsikirjaan ja ennako-oletuksena oli, että jokainen Kuopion kaupungin varhaiskasvatuksessa työskentelevä tuntee käsikirjan ja näin osaa vastata kysymyksiin. Kyselyn kysymykset olivat avoimia kysymyksiä ja monivalintakysymyksiä. Kyselyssä kysymysten muoto oli standardoitu eli vakioitu. Tämä tarkoittaa sitä, että kaikille kyselyyn vastaaville lähti samanlainen kyselylomake, jossa on samat kysymykset, samassa järjestyksessä ja samalla tavalla. Silloin, kun tutkittavia on paljon, kysely on hyvä tapa kerätä aineistoa. (Vilkkä 2007, 28.)

Aineiston keruussa käytettiin Webropol-kyselyä. Webropol on internetissä oleva ohjelma jossa vastaukset tallentuvat suoraan tietokantaan ja se mahdollistaa aineiston käsittelyn tilasto-ohjelmilla heti aineiston keruun päätyttyä. Koko tutkimus voidaan tehdä Webropol-ohjelmalla kyselyn suunnitteluvaiheesta tulosten tarkasteluun saakka. Webropolissa olevien ohjelmatoimintojen ansiosta käyttäjä voi tehdä automaattisesti yhteenvedon kyselyn tuloksista sekä saa vastauksista valmiita taulukoita ja kuvioita, joita voi siirtää Office-ohjelmiin. (Heikkilä 2014, 66–67.)

Webropol-kysely on tehty yhteistyössä toimeksiantajan edustajien kanssa. Kysely on tehty muun muassa siten, että Pienet lapset liikkeelle -käsikirja luettiin useita kertoja ja sen pohjalta päädyttiin joihinkin kysymyksiin. Taustateoriat ja ohjaavat dokumentit ohjasivat myös kyselyn laatimista. Toimeksiantajalta varmistettiin, että kysymykset vastaavat heidänkin mielestä oleellisiin asioihin ja heidän tarpeisiin. Kysymysten asettelua pohdittiin huolella ja sitä, milloin on kyseessä esimerkiksi avoin kysymys tai monivalintakysymys. Se millaiseen kysymysmuotoon lopulta päädyttiin, riippui siitä, millaista tietoa kysymyksellä haluttiin saada.

## 5.5 Aineiston käsittely ja analysointi

Aineiston suljetut kysymykset eli kysymykset joihin oli valmiit vastausvaihtoehdot, käsiteltiin tilastollisin menetelmin, jossa muuttujilla ja erilaisilla mittareilla on iso rooli. Tilastollinen tutkimus perustuu mittauksiin. Mitattavat ominaisuudet ovat muuttujia. Muuttuja on määrällisen tutkimuksen tärkein käsite. Se voi saada aikaan erilaisia arvoja ja se on mittari millä mitataan. Muuttujan ominaisuudet määrittävät mittarin, mitä käytetään. Muuttuja voi olla esimerkiksi ikä, jonka pohjalta luodaan mittari, kuten: nuori, keski-ikäinen ja vanha. Mittari voi olla hyvinkin yksinkertainen tai monimutkainen.



Tämä määräytyy tutkimuksen tavoitteiden ja tarpeen mukaan. (Kananen 2010, 81–83.) Tässä tutkimuksessa muuttujina olivat esimerkiksi lapsiryhmän ikäjakauma, lapsiryhmän koko ja liikuntakasvatuksesta vastaava työntekijä, joiden pohjalta luotiin mittaristo. Tämä näkyy laaditussa kyselyssä (liite 4).

Tilastollisten menetelmien käyttö analyysissa tarkoitti tässä tutkimuksessa suorien jakaumien ja ristiintaulukoinnin käyttämistä. Suorat jakaumat kertovat muuttujien ominaisuuksien saamat arvot. Nämä arvot voidaan ilmaista n-jakaumana, jossa ilmoitetaan vaihtoehtojen saamat kappalemäärät tai %-jakaumana, joka on suhteellinen esittämistapa. (Kananen 2010, 104.) Ristiintaulukoinnilla tarkastellaan kahta muuttujaa yhtä aikaa. Siinä tarkastellaan kahden muuttujan ominaisuuksien saamia arvoja ristikkäin, esimerkiksi sukupuolta ja ammattia. Muuttujan luonne määrittelee, kuinka tulintoja tehdään. Jos muuttuja ominaisuus on tai ei, kuten sukupuoli, voidaan ryhmien jakauman eroja verrata toisiinsa. Jos muuttujan ominaisuus on jatkuva, kuten ikä tai tulot, voidaan etsiä säännönmukaisuuksia, eli kasvavatko vai pienenevätkö toisen muuttujan arvot toisen muuttujan kasvaessa tai pienentyessä. (Kananen 2010, 105–107.) Tässä tutkimuksessa tutkittiin ristiintaulukoinnilla, kuinka lasten ikä vaikutti käsikirjan käyttötiheyteen. Khin neliötesti on testausmenetelmä, jolla voidaan tutkia ristiintaulukoinnin tilastollista merkitsevyyttä. Testin tulokset tiivistyvät P-lukuun, joka kertoo virhepäätelmän todennäköisyyden. Testi kertoo, kuinka todennäköistä on, että havaittu riippuvuus löytyy myös perusjoukosta. Jotta tilastolliset erot olisivat merkittäviä, tulisi P:n arvon olla alle 0,05. Khin neliötesti kertoo tilastollisen merkitsevyyden. (KvantimOTV 2004.) Tätä testiä käytettiin tässä tutkimuksessa niiden kysymysten osalta, jotka ristiintaulukoitiin. Näin tehtiin vastausprosentin pienyyden vuoksi, vaikka kyse oli kokonaistutkimuksesta.

Aineiston analyysi tarkoittaa käytännössä aineiston lukemista yhä uudelleen, tekstien pohtimista, vertailua, tulkitsemista ja niihin limittyvää teoretisointia (Rantala 2015, 110). Aineiston analyysi menetelmää käytettiin kahdessa eri vaiheessa tässä opinnäytetyössä; Työsuunnitelma vaiheessa Kasvattajan käsikirjasta tehdyn kyselyn vastauksia analysoidessa ja opinnäytetyön toteutusvaiheessa Pienet lapset liikkeelle -käsikirjasta tehdyn kyselyn avoimien kysymysten vastausten osalta.

Tuomen ja Sarajärven (2013, 93) mukaan tutkimusaineisto pilkotaan ja järjestetään erilaisten ja keskeisten teemojen mukaisesti. Tutkijan työskentely laadullisen aineiston analyysissa muodostuu yksinkertaisesti koodaamisesta ja muistiinpanojen eli memojen kirjoittamisesta (Rantala 2015, 110–111). Lukiessa Pienet lapset liikkeelle -käsikirjan tutkimuksen vastauksia useita kertoja, vastauksista löytyi selkeitä teemoja. Tämän jälkeen vastaukset järjesteltiin värikoodeja käyttämällä. Käytännössä tämä tarkoittaa sitä, että viivattiin eri teemoihin kuuluvia vastauksia eri väreillä. Lopuksi laskettiin jokaiseen teemaan liittyvien vastauksien määrä. Materiaalia lukiessa useampaan kertaan ja lukukertojen edetessä myös teemat tarkentuivat, muuttuivat ja pari tuli lisää. Tekstissä koodi oli aina jokin tietty sana tai fraasi, joka liittyi tähän tutkimukseen. Tästä tämän tutkimuksen kohdalla esi-merkki liitteissä (liite 5).

Analysoidessa Pienet lapset liikkeelle -käsikirjasta tehdyn kyselyn, vastauksista ilmeni erilaisia teemoja. Avoimia kysymyksiä oli yhteensä viisi. Kolmesta kysymyksestä oli nähtävissä selkeitä teemoja,

jotka oli helppo koodata tietyn sanan tai fraasin mukaan. Näiden kolmen kysymyksen osalta aineisto kylläntyi, koska vastaukset toistuivat eri kysymysten alla. Kahteen viimeiseen kysymykseen, jotka liittyivät osallisuuteen, ei alkuun löytynyt selkeitä teemoja vaan vastauksia lähestyttiin taustateorian avulla. Kysymys ”Miten Pienet lapset liikkeelle -käsikirja mielestänne tukee lasten osallisuutta” jakautui eri teemoihin osallisuuden eri ulottuvuuksien mukaan. Osallisuuden tasoista saatiin kolme eri teemaa, joiden alle vastauksia kerättiin värikoodeja käyttäen. Yhdessä vastauksessa saattoi olla useampaan teemaan sopivia asiasanoja kaikkien avointen vastausten osalta.

## 6 TUTKIMUKSEN TULOKSET

Kyselyyn tuli 54 vastausta ( $n = 54$ ). Yksi vastaus oli yhden tiimin vastaus. Yhteensä näitä tiimejä on Kuopion kaupungin varhaiskasvatuspalveluilla 270. Näin ollen vastausprosentti on 20 %. Keskimäärin tiimissä toimii kolme työntekijää. Tiimivastaavana toimivat lastentarhanopettajat.

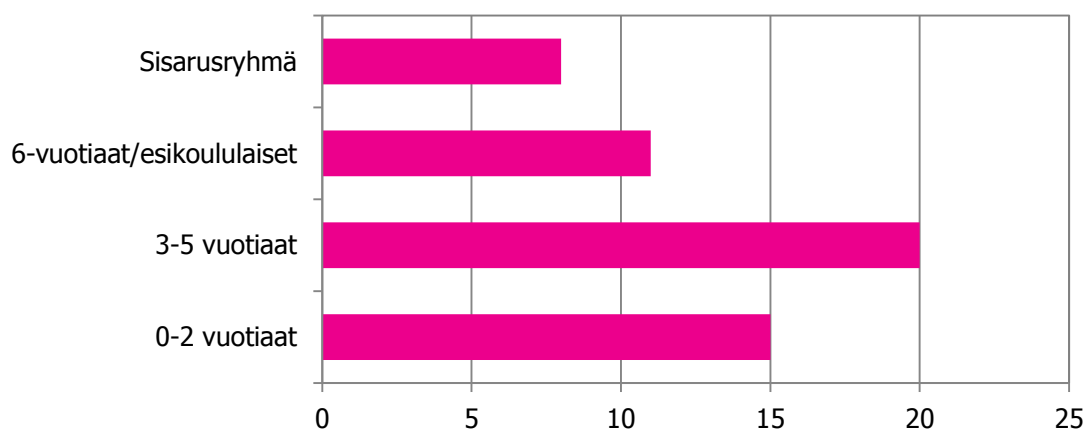
Kyselyn alussa selvitettiin tiimien taustatietoja. Taustatietoihin liittyvien kysymysten jälkeen oli erilaisia kysymyksiä liittyen Pienet lapset liikkeelle -käsikirjan käyttöön. Lopuksi kyselyssä oli avoimia kysymyksiä käsikirjan käyttöön liittyvistä estävistä ja edistävästä seikoista. Myös lasten osallisuuteen liittyi avoimia kysymyksiä. Osallisuuteen liittyvillä kysymyksillä haluttiin selvittää, kuinka tarkkaan Pienet lapset liikkeelle -käsikirja on luettu ja omaksuttu. Käsikirjassa ei ole suoraan lapsen osallisuuden liittyvää osiota, mutta kaikista kirjan kappaleista se tulee ilmi. Kaikki kyselyn kysymykset olivat pakollisia.

Tiimien toimintaan liittyviä taustatietoja ja käsikirjan käyttöön liittyviä asioita tutkittiin kvantitatiivisella tutkimusotteella ja niiden tutkimustuloksia lähestyttiin tilastollisin menetelmin. Ensimmäisenä esitetään kyselyn vastauksia suoraan taulukoinnilla. Välissä kerrotaan ristiintaulukoinnin tulokset, joista selvisi, että käsikirjan käyttöön ei vaikuttanut lapsiryhmän ikäjakauma tai lapsiryhmän muoto. Eikä se, mistä tieto käsikirjasta oli saatu tai liikuntakasvatuksesta vastaavan koulutustausta.

Avoimia kysymyksiä kyselyssä oli viisi. Kaksi avointa kysymystä käsitteli lasten osallisuutta. Näiden kysymyksien vastaukset tuovat lisää tietoa siitä, miten käsikirja on käytössä Kuopion Kaupungin varhaiskasvatuspalveluissa ja vastaa suoraan yhteen tutkimuskysymykseen. Mitä vahvemmin lasten osallisuus näkyy vastauksissa, sitä suuremmalla todennäköisyydellä käsikirja on käytössä monipuolisesti, sillä käsikirjan eri toimintaideat tukevat lapsen osallisuutta monella tapaa. Kahdella avoimella kysymyksellä tutkittiin, mitkä seikat edistävät ja estävät käsikirja käyttöä, mitkä olivat suoraan tämän tutkimuksen tutkimuskysymyksiä. Viidennellä avoimella kysymyksellä selvitettiin, mitkä seikat saivat hyödyntämään käsikirjaa päiväkodin toiminnassa. Tämän viimeisen kysymyksen vastauksissa on huomattavissa, miten kahden edellisen kysymyksen vastaukset toistuivat eli kyllääntyivät.

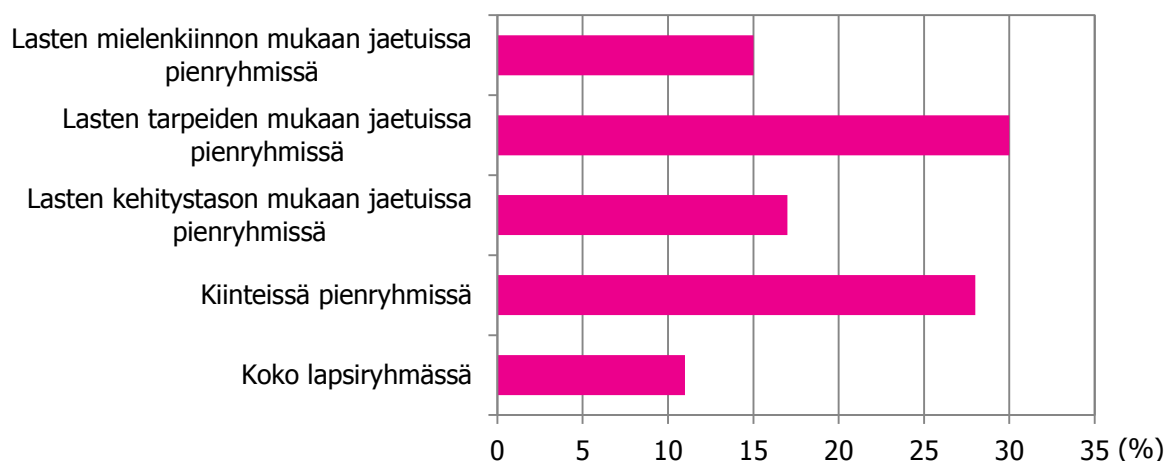
### 6.1 Tiimien toimintaan liittyvät taustatiedot

Lapsiryhmien ikäjakaumat näkyvät kuviosta 3. Tiimeistä 28 % ( $n = 15$ ) työskenteli 0–2-vuotiaiden ryhmässä, 37 % ( $n = 20$ ) työskenteli 3–5-vuotiaiden ryhmässä, 20 % ( $n = 11$ ) työskenteli 6-vuotiaiden tai esikoululaisten ryhmässä ja 15 % ( $n = 8$ ) työskenteli sisarusryhmässä eli ryhmässä, jossa ikävaihtelu on suurempaa. Vastaajien lapsiryhmien ikäjakaumien kesken ei ollut merkittävää jakaumaa.



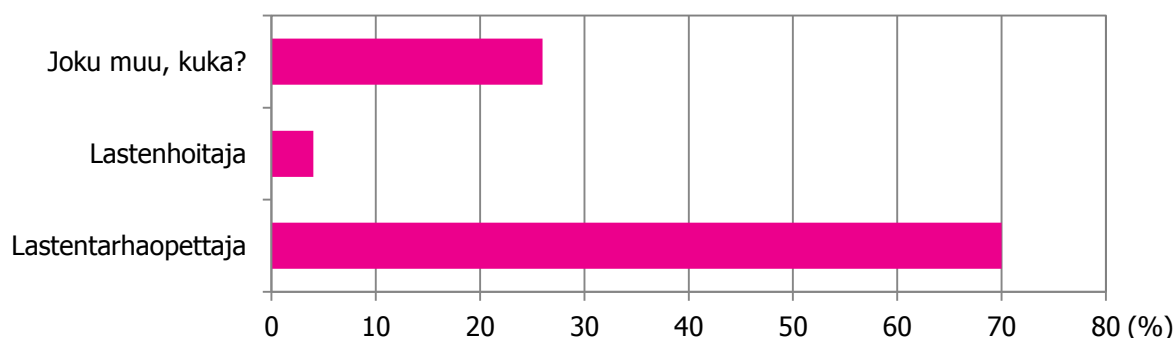
KUVIO 3. Lapsiryhmän ikäjakauma Kuopion kaupungin varhaiskasvatustalouksissa (n = 54.)

Kuopion kaupungin päiväkodeissa toimitaan yleisimmin pienryhmissä. Koko lapsiryhmässä toimi 11 % (n = 6) ryhmistä. Loput 89 % (n = 48) toimivat erilaisissa pienryhmissä. Pienryhmiin jakauduttiin erilaisin perustein. Kaksikymmentäkahdeksan prosenttia (n = 15) toimi kiinteissä pienryhmissä ja lasten tarpeiden mukaan jaetuissa toimi lähes kolmannes. Kuviosta 4 selviää tarkemmin, millä perusteella pienryhmiä muodostettiin. Kuviossa alimmaisena on tieto koko lapsiryhmässä toimivista ryhmistä.



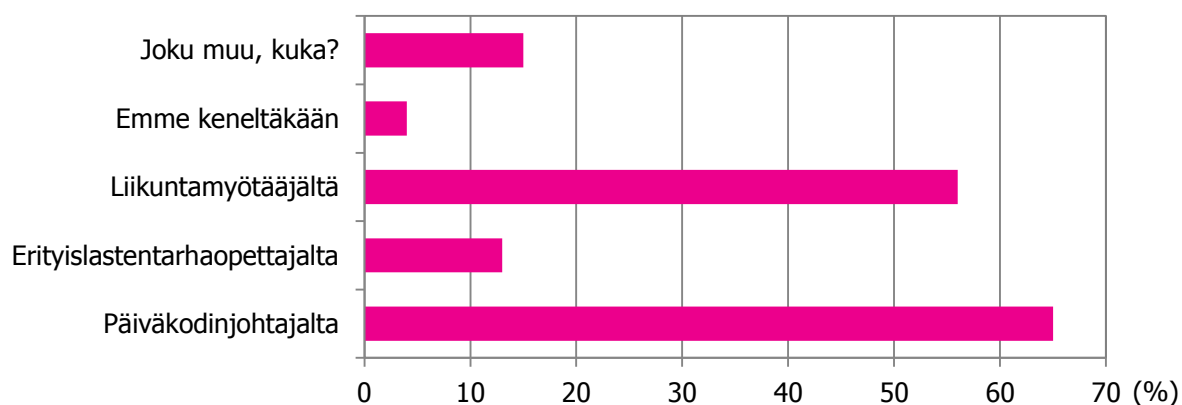
KUVIO 4. Millaisissa lapsiryhmissä yleensä toimitaan Kuopion kaupungin varhaiskasvatustalouksissa (n = 54.)

Suurimmaksi osaksi liikuntakasvatuksesta vastasi lastentarhanopettaja (kuvio 5), tämä tuli esille 70 %:ssa (n = 38) vastauksista. Toiseksi yleisin vastaus oli joku muu, johon vastasi neljäs osa. ”Joku muu, kuka?” kohtaan sai vastata myös avoimesti. Avoimista vastauksista ilmeni, että liikuntakasvatuksesta vastataan tiimeissä yhdessä.



KUVIO 5. Ryhmässä tapahtuvan liikuntakasvatuksen vastuuhenkilö Kuopion kaupungin varhaiskasvatustalouksissa (n = 54.)

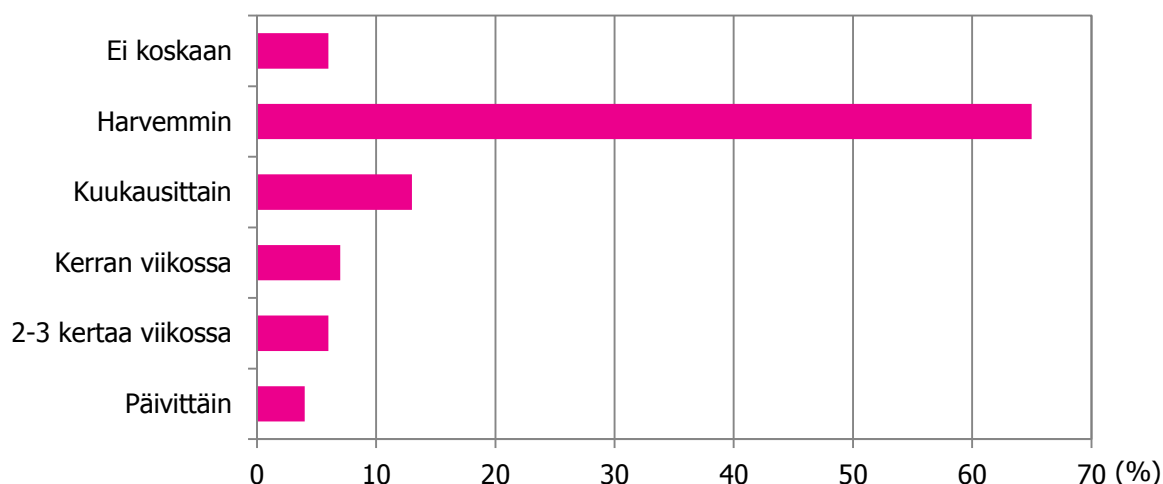
Suurin osa (65 %, n = 35) oli saanut tiedon käsikirjasta päiväkodinjohtajalta ja 56 % (n = 30) liikuntamyöntäjäältä. Tuloksista selvisi se, että tieto käsikirjasta oli saatu useammasta eri lähteestä. Tämä kävi selväksi vastauksien määrästä, joita oli 84, kun taas vastaajia oli 54. Neljä prosenttia (n = 2) vastaajista ei ollut saanut tietoa käsikirjasta keneltäkään. Kuviosta 6 näkee tarkemmin, mistä kuka on saanut tiedon käsikirjasta.



KUVIO 6. Keneltä Kuopion kaupungin varhaiskasvatustalouksien tiimit olivat saaneet tietoa Pienet lapset liikkeelle -käsikirjasta (n = 54.)

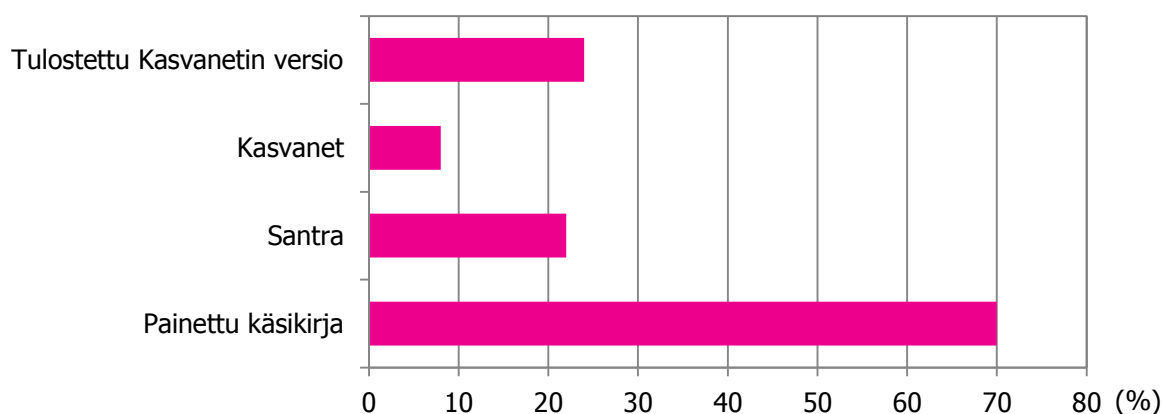
## 6.2 Miten Pienet lapset liikkeelle -käsikirja on käytössä Kuopion varhaiskasvatustalouksissa

Pienet lapset liikkeelle -käsikirjaa käytettiin harvoin. Kuviosta 7 on nähtävissä, että 65 % (n = 35) käytti käsikirjaa harvemmin, 6 % (n = 3) ei käyttänyt koskaan käsikirjaa. Päivittäin käsikirjaa oli käytössä 4 %:lla (n = 2) vastaajista. Kuukausittain tai useammin käsikirjaa käytti 26 % (n = 14) vastaajista. Kuviosta 7 selviää tarkemmat jakaumat.



KUVIO 7. Kuinka usein Pienet lapset liikkeelle -käsikirjaa hyödynnetään Kuopion kaupungin varhaiskasvatuksen toiminnassa (n = 54.)

Pienet lapset liikkeelle -käsikirja löytyy useista eri lähteistä. Käsikirjan painettua versiota käytti 70 % (n = 38) ja 24 % (n = 13) käytti tulostettua versiota. Sähköiset versiot olivat vähemmällä käytöllä (kuvio 8). Vastaajat saivat valita useamman vastaus vaihtoehdon tähän kysymykseen. Vastauksia oli 67. Alle puolet käyttivät useampaa versiota käsikirjasta.



KUVIO 8. Lähteet, joista Pienet lapset liikkeelle -käsikirja on käytössä (n = 54.)

Missä eri toiminnoissa ja käytännöissä käsikirjaa käytettiin, tutkittiin matriisin avulla, jonka vastausvaihtoehdot olivat "Aina", "Usein", "Toisinaan", "Harvoin" ja "Ei lainkaan". Käsikirjaa käytettiin eniten liikuntakasvatuksessa. Liikuntakasvatuksessa käsikirjaa käyttivät aina tai usein 26 % (n = 14) ja toisinaan tai harvoin 67 % (n = 36) vastaajista. Vähiten käsikirja oli käytössä VASU-keskustelujen yhteydessä. Usein VASU-keskusteluissa käsikirjaa käytti 15 % (n = 8) ja toisinaan tai harvoin 56 % (n=30) vastaajista. Tarkemmat jakaumat käsikirjan käytöstä eri toimintojen yhteydessä näkyy taulukossa 2.

TAULUKKO 2. Pienet lapset liikkeelle -käsikirjan hyödyntäminen eri toiminnoissa (n = 54.)

Eri toiminnot	Käsikirjan käyttö				
	Aina	Usein	Toisinaan	Harvoin	Ei lainkaan
Pedagogisessa suunnittelussa	2 % (n=1)	17 % (n=9)	35 % (n=19)	39 % (n=21)	7 % (n=4)
Sisällöllisten orientaatioiden toteuttamisessa	0 % (n=0)	7 % (n=4)	35 % (n=19)	48 % (n=26)	9 % (n=5)
Liikuntakasvatuksessa	6 % (n=3)	20 % (n=11)	41 % (n=22)	26 % (n=14)	7 % (n=4)
Lapsen kehityksen ja kasvun arvioinnissa	4 % (n=2)	15 % (n=8)	31 % (n=17)	37 % (n=20)	13 % (n=7)
Lapsen kehityksen ja kasvun tukemisessa	2 % (n=1)	22 % (n=12)	28 % (n=15)	35 % (n=19)	13 % (n=7)
Arjen tilanteissa spontaanisti	2 % (n=1)	13 % (n=7)	28 % (n=15)	37 % (n=20)	20 % (n=11)
Suunnitellusti arjen tilanteissa	2 % (n=1)	15 % (n=8)	35 % (n=19)	35 % (n=19)	13 % (n=7)
Oman toiminnan arvioinnissa	0 % (n=0)	9 % (n=5)	28 % (n=15)	44 % (n=24)	19 % (n=10)
Vasu-keskusteluissa	0 % (n=0)	15 % (n=8)	11 % (n=6)	44 % (n=24)	30 % (n=16)
Liikuntavälineiden esillä pidon järjestämisessä (välineet on lasten saatavilla)	4 % (n=2)	22 % (n=12)	22 % (n=12)	33 % (n=18)	19 % (n=10)

Taulukko 3 tutkimalla selviää, että päiväkotien eri arjen tilanteissa käsikirjaa käytettiin eniten ulkoiluissa ja pedagogisissa tuokioissa. Vähiten käsikirjaa käytettiin lepohetkillä ja ruokailujen yhteydessä. Kaikkien toimintojen kohdalla yleisin vastaus oli toisinaan tai harvoin. Tämä tukee käsitystä siitä, että Pienet lapset liikkeelle -käsikirja oli käytössä harvoin, eikä eri toimintojen välillä tule selkeitä eroja.

TAULUKKO 3. Käsikirjan sisältöjen hyödyntäminen arjen eri tilanteissa (n = 54.)

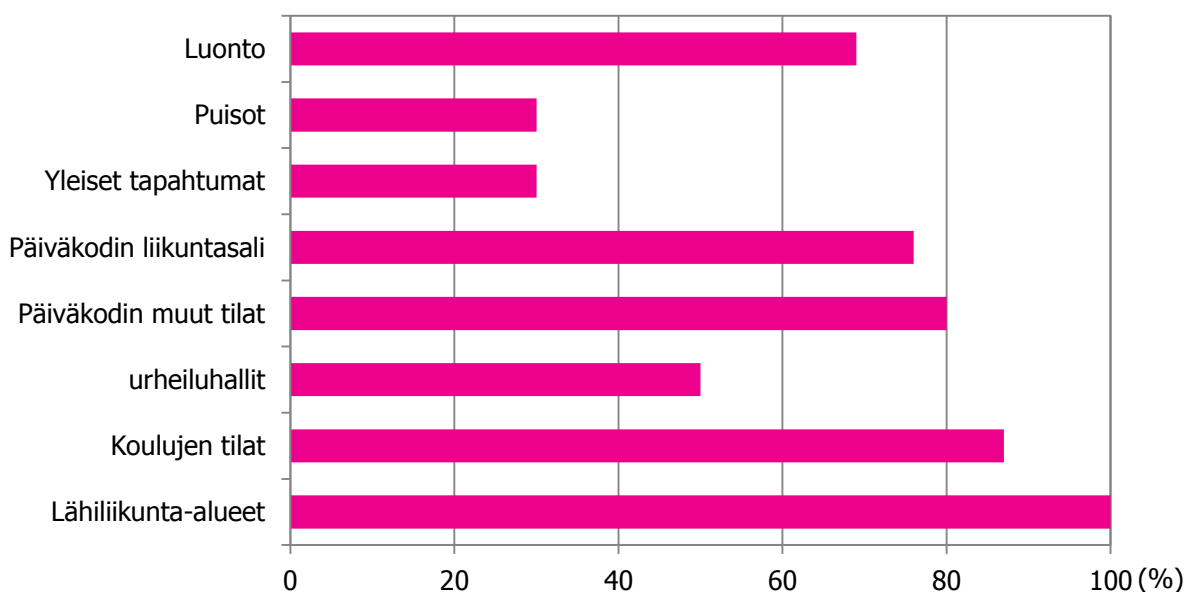
Arjen eri tilanteet	Käsikirjan käyttö				
	Aina	Usein	Toisinaan	Harvoin	Ei lainkaan
Siirtymätilanteissa	2% (n=1)	15 % (n=8)	35 % (n=19)	19 % (n=10)	11 % (n=6)
Odotustilanteissa	0 % (n=0)	13 % (n=7)	24 % (n=13)	31 % (n=17)	11 % (n=6)
Ruokailussa	2% (n=1)	11 % (n=6)	9 % (n=5)	52 % (n=28)	26 % (n=14)
Lepohetkillä	2% (n=1)	9 % (n=5)	13 % (n=7)	48 % (n=26)	28 % (n=15)
Ulkoilussa	2% (n=1)	39 % (n=21)	22 % (n=12)	28 % (n=15)	9 % (n=5)
Leikin ohjauksessa	4 % (n=2)	22 % (n=12)	35 % (n=19)	26 % (n=14)	13 % (n=7)
Pedagogisissa tuokioissa	4 % (n=2)	26 % (n=14)	35 % (n=19)	26 % (n=14)	9 % (n=5)
Muissa tilanteissa	0 % (n=0)	7 % (n=4)	46 % (n=25)	30 % (n=16)	17 % (n=9)

Käsikirjassa olevia teemaesimerkkejä käytti kuukausittain tai useammin 60 % vastaajista. Päivittäin 23 % vastaajista käytti teemaesimerkkejä apunaan. Harvoin teemaesimerkkejä käytti 30 % vastaajista ja ei koskaan 10 % vastaajista. Tarkemmat jakaumat teemaesimerkkien osalta on näkyvissä taulukossa 4.

TAULUKKO 4. Pienet lapset liikkeelle –käsikirjan teemaesimerkkien käyttäminen (n = 54.)

Teema esimerkit	Käsikirjan käyttö					
	Päivittäin	2–3 kertaa viikossa	Noin kerran viikossa	Kuukausittain	Harvemmin	Ei koskaan
Kiipeily	24 % (n=13)	6 % (n=3)	15 % (n=8)	19 % (n=10)	28 % (n=15)	9 % (n=5)
Kehon koukistus-ojennus	20 % (n=11)	9 % (n=5)	11 % (n=6)	15 % (n=8)	35 % (n=19)	9 % (n=5)
Vedettävät, työnnettävät ja kannettavat	28 % (n=15)	9 % (n=5)	11 % (n=6)	13 % (n=7)	28 % (n=15)	11 % (n=6)
Kehon molempien puolien välinen toiminta	19 % (n=10)	9 % (n=5)	19 % (n=10)	15 % (n=8)	30 % (n=16)	9 % (n=5)

Päiväkodit hyödynsivät monia eri toimintaympäristöjä liikuntakasvatuksessaan. Toimintaympäristöön liittyvä kysymys oli monivalintakysymys. Erilaiset toimintaympäristöt ovat käytössä monipuolisesti (kuvio 9).



KUVIO 9. Liikuntakasvatuksessa hyödynnettävät toimintaympäristöt (n = 54.)

Pienet lapset liikkeelle -käsikirjan käyttöiheyteen ei vaikuttanut se, vastaako liikuntakasvatuksesta lastentarhanopettaja, lastenhoitaja tai joku muu. Ristiintaulukoinnista laskettu Khin neliön p-arvo oli 0,283, joka ilmaisee, ettei tilastollista merkittävyyttä löytynyt. Tarkasteltaessa ristiintaulukoinnilla, vaikuttaako lapsiryhmän ikäjakauma käsikirjan käyttöiheyteen huomattiin, että sisarusryhmistä kaikki tiimit vastasivat käyttävänsä käsikirjaa harvemmin (taulukko 5). Muissa vastauksissa oli enemmän hajontaa. Khin neliön mukaan ei löytynyt tilastollisesti merkittävää syy-seuraussuhdetta. Khin neliön p-arvo oli 0,301. Khin neliön p-arvon tulisi olla alle 0,05, jotta tulos olisi tilastollisesti merkitävä.

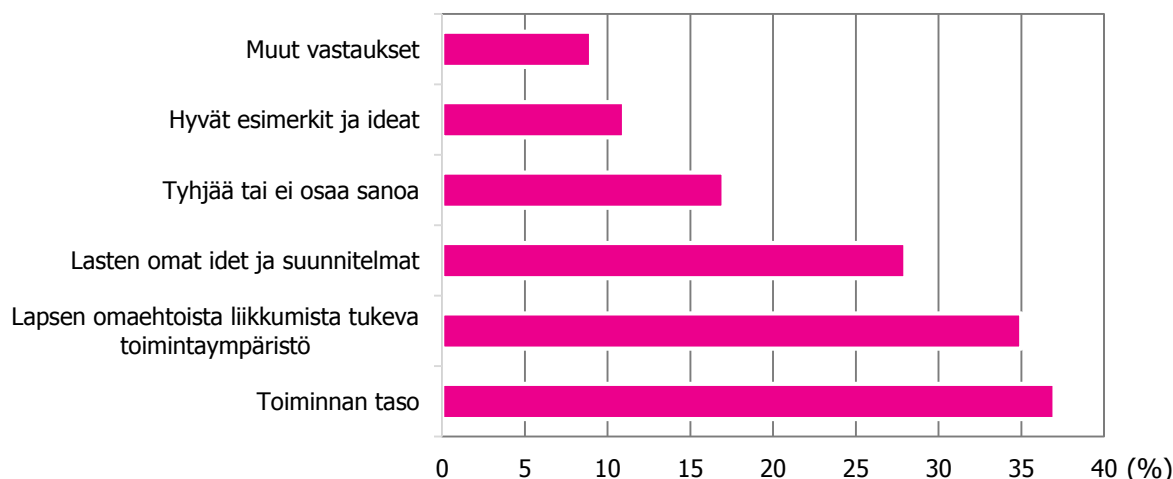


TAULUKKO 5. Lapsiryhmän ikäjakauman vaikutus käsikirjan käyttöiheyteen (n = 54.)

Kuinka usein käyttätkäs käsikirjaa?	Lapsiryhmän ikäjakauma				Sisarusryhmä	
	0–2-vuotiaat	3–5-vuotiaat	6-vuotiaat/ esikoululaiset			
Viikoittain	27 % n=4	20 % n=4	9 % n=1		0 %	n=0
Kuukausittain	7 % n=1	15 % n=3	27 % n=3		0 %	n=0
Harvemmin	67 % n=10	65 % n=13	64 % n=7		100 %	n=8

### Pienet lapset liikkeelle -käsikirja ja lasten osallisuus

Kysymys ”Miten Pienet lapset liikkeelle -käsikirja mielestänne tukee lasten osallisuutta?” jakautui analyysissä kolmeen pääteemaan. Näitä teemoja olivat lapsen omaehtoista liikkumista tukeva toimintaympäristö, lasten omat ideat ja suunnitelmat ja toiminnan taso. Alla kuvio 13, jossa näkyvät kaikki teemat. Muita pienempiä teemoja oli hyvät esimerkit ja ideat, jonka alle sopi 11 % (n = 6) vastauksista ja muut vastaukset, johon laskimme 9 % (n = 5) vastauksista.



KUVIO 13. Miten Pienet lapset liikkeelle -käsikirja tukee lasten osallisuutta (n = 54.)

Toiminnan taso -teemaan luokiteltiin 37 % (n = 20) vastauksista. Tähän teemaan lukeutui ne vastaukset, joista ilmeni, että lapset saavat itse valita ja toimia. Tätä teemaa kuvattiin seuraavin sanoin:

*Lapset valitsevat mitä tekevät.  
Lapset rakentavat itse haasteita.  
Lapset itse ideoivat, ja sitten toteutamme toiveet.*

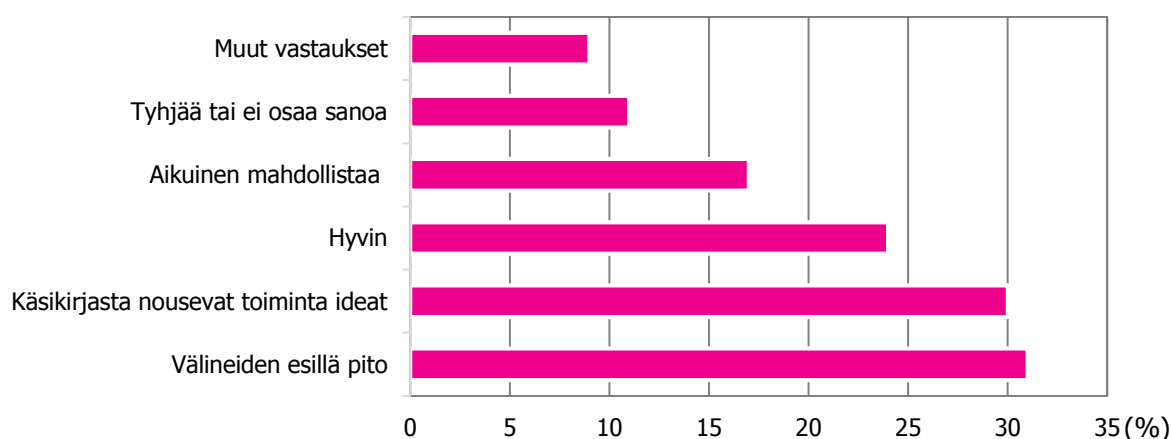
Lasten omaehtoista liikkumista tukeva toimintaympäristö teemaan tuli 35 % (n = 19) vastauksista. Tähän teemaan luokiteltiin vastaukset, joista ilmeni, että liikuntavälineet olivat esillä, ympäristö oli liikkumaan houkutteleva ja lapset saivat toimia ympäristössään omaehtoisesti. Tätä teemaa kuvattiin muun muassa seuraavasti:

*Lapsilla mahdollisuus käyttää liikuntavälineitä vapaasti päivittäin.  
Ympäristön täytyy olla liikuntaan houkutteleva.  
Lapset pystyvät omatoimisesti ja omia taitojaan harjaannuttaen liikkumaan ja käyttämään kehoaan päivittäisissä toiminnoissa monipuolisesti.*

Kolmas teema oli lasten omat ideat ja suunnitelmat. Tähän teemaan sopi 28 % (n = 15) vastauksista. Tähän teemaan luokiteltiin vastaukset, joista kävi ilmi, että lasten omat ideat otetaan huomioon ja he pääsevät mukaan suunnitteluun. Alla muutama esimerkki siitä, millaisia vastauksia luokiteltiin tähän teemaan:

*Lapsilta tulee kysyttyä toiveita ja ajatuksia päivittäin.  
Lapsen omat ideat ja ajatukset huomioidaan toiminnassa.  
Liikkuminen lähtee lasten mielenkiinnon pohjalta.*

Kysymyksestä ”Kuinka käsikirja mahdollistaa lapsen monipuolisen ja omavalintaisen liikkumisen sisällä sekä ulkona? (välineet sisällä ja ulkona, suunnittelu, toteutus, jne.)” nousi esille kolme pääteemaa, jotka olivat välineiden esilläpito, käsikirjasta nousevat toimintaideat ja vastaukset hyvin. Alla kuvio 14, josta näkee nämä ja muut pienemmät teemat.



KUVIO 14. Kuinka käsikirja mahdollistaa lapsen monipuolisen ja omavalintaisen liikkumisen sisällä sekä ulkona?

Välineiden hyvä esilläpito mahdollistaa lapsen monipuolisen ja omavalintaisen liikkumisen sisällä ja ulkona. Välineiden esilläpitoon liittyviä vastauksia oli yhteensä 31 % (n = 17). Yli puolet vastaajista ajatteli välineiden esilläpidon mahdollistavan lasten monipuolisen ja omavalintaisen liikkumisen. Kysymykseen vastattiin muun muassa seuraavasti:

*Annetaan ikätasolle haasteellisia välineitä.  
Riittävän perusteelliset ja monipuoliset liikuntavälineet tarjolla. Välineet lasten tasolla.  
Käsikirja antaa paljon vinkkejä sekä ulko- että sisäliikuntaan välineistä ja niiden sijoittelusta.*

Pienet lapset liikkeelle -käsikirjasta saa vinkkejä ja ideoita toimintaan. Käsikirjasta nousevat toimintaideat -teeman alle tuli 30 % (n = 16) vastauksista. Tähän teemaan vastattiin muun muassa seuraavalla tavalla:

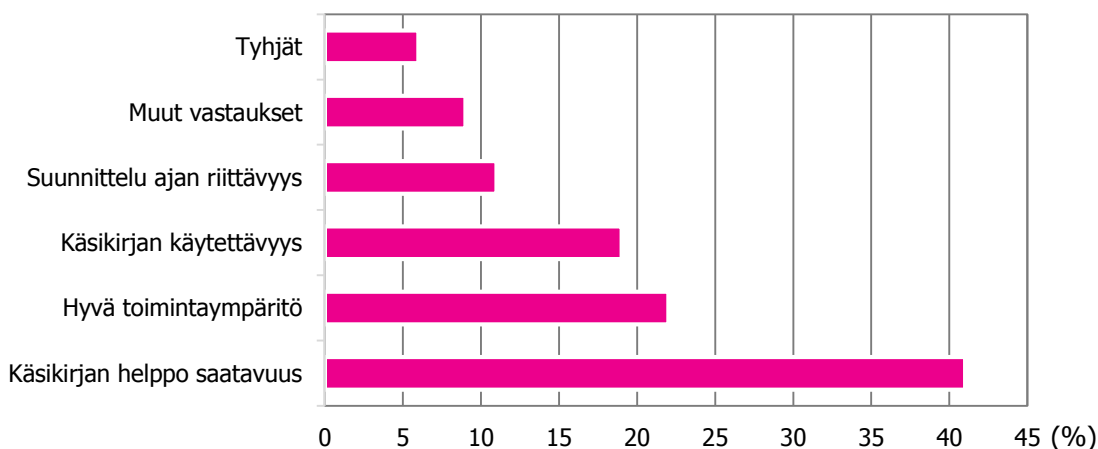
*Hyvät esimerkit auttavat.  
Antaa uusia ja ajankohtaisia ideoita.  
Käsikirjassa on käytännön vinkkejä toimintaan.*

Kolmanneksi suurin teema tämän kysymyksen alla oli vastaukset, joissa ilmaistiin käsikirjan mahdollistavan hyvin lapsen monipuolisen ja omavalintaisen liikkumisen sisällä sekä ulkona. Hyvin vastauksia oli yhteensä 22 % (n = 13). Vaikka vastauksessa luki vain hyvin, oli se merkittävä tulos, koska noin viidesosa vastaajista vastasi siten.

Muita teemoja olivat aikuinen mahdollistaa, jonka alle lukeutui 17 % (n = 9) vastauksista, tyhjää tai ei osaa sanoa -teeman alle sopi 11 % (n = 6) vastauksista ja muut vastaukset -teeman alle sopi 9 % (n = 5) vastauksista. Aikuinen mahdollistaa -teemaa kuvattiin esimerkiksi näin: *"Käsikirja ei mahdollista mitään, vain liikunnasta innostuneet ja tietoiset kasvattajat"* ja *"edellyttää aikuisen toimia"*. Tyhjää tai ei osaa sanoa -teeman vastauksiin lukeutui muun muassa vastaukset, joissa sanottiin, että *"Emme osaa sanoa"* tai vastauksena oli vain viiva. Vastauksissa, jotka eivät kuuluneet mihinkään kategoriaan, ilmaistiin asia esimerkiksi näin: *"Jos olisi riittävät tilat, niin kuvat ohjaisivat oma-aloitteiseen liikuntavälineiden käyttöön"* ja *"katso edellinen vastaus"*.

### 6.3 Mitkä seikat edistävät käsikirjan käyttöä?

Kysymyksen, "Mitkä seikat edistävät käsikirjan käyttöä?" vastauksista tuli esille neljä pääteemaa, jotka olivat käsikirjan helppo saatavuus, hyvä toimintaympäristö, käsikirjan käytettävyys ja suunnitteluaajan riittävyys. Kuvioista 10 näkyvät nämä ja muut vastauksista ilmenneet teemat.



KUVIO 10. Käsikirjan käyttöä edistävät seikat (n = 54.)

Pienet lapset liikkeelle -käsikirjan käyttämistä edistää käsikirjan helppo saatavuus. Painetun käsikirjan merkitystä korostettiin ja sitä, että käsikirja on esillä. Käsikirjan helppo saatavuus tuli esille 41 %:ssa (n = 22) vastauksista. Käsikirjan saatavuutta kommentoitiin esimerkiksi seuraavasti: *"kirja helposti saatavilla"*, *"Saatavuus painettuna versiona"*, *"kaikki tietävät mistä se löytyy"*.

Hyvä toimintaympäristö tuli esille 22 %:ssa (n = 12) vastauksista. Hyvän toimintaympäristön mahdollistaa aikuisten asenne, riittävät tilat ja hyvät välineet. Hyvää toimintaympäristö -teemaa kommentoitiin esimerkiksi seuraavasti:

*Henkilökunnan positiivinen asenne liikuntaan. Mietitään mitä turvallisuuden nimissä sallitaan, mitä ei sallita.  
Hyvät tilat ja liikuntavälineet.*

*Pienryhmätoiminta, hyvät tilat ja välineet liikkumiselle, ammattitaitoinen henkilökunta.*

Henkilökunnan positiivinen asenne liikuntaa kohtaan ja aktiivinen ote liikuntakeskusteluun edistävät käsikirjan käyttöä. Osaltaan hyvät tilat ja välineet edistävät käsikirjan käyttöä päivähoitossa. Tilojen käyttö on monipuolista ja ulkoliikuntamahdollisuuksien hyödyntäminen parantaa käsikirjan soveltamista toiminnassa.

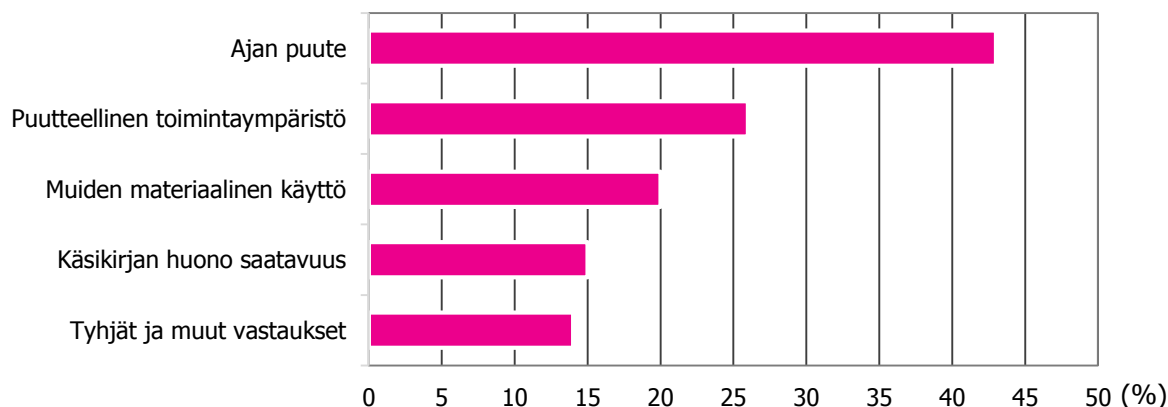
Käsikirjan käytettävyys mainittiin 19 %:ssa (n = 10) vastauksista. Käytettävyyks-teema jakautui kahteen osioon, jotka olivat käsikirjan sisältämät ideat ja esimerkit sekä käsikirjan selkeys ja hyvät ikäkausikuvaukset. Useissa vastauksissa todettiin, että käsikirjasta löytyy konkreettisia esimerkkejä ja virikkeitä toimintaan. Tämä osaltaan edistää käsikirjan käyttöä toiminnassa, sillä käsikirjan todetaan olevan selkeä ja sieltä löytyy helposti ideoita toimintaan.

Suunnitteluajan riittävyys mainittiin 11 %:ssa (n = 6) vastauksista. Suurimmassa osassa vastauksia tätä teemaa kuvattiin ajan riittämättömyytenä, esimerkiksi sanoin *"Jos suunnittelu aikaa olisi riittävästi"* ja *"suunnittelu ajan antaminen"*. Tästä voi vetää johtopäätöksen, että riittävä suunnittelu-aika edistäisi käsikirjan hyödyntämisen toiminnassa.

Vastauksia, jotka eivät sopineet minkään teemoittelun alle, oli 9 % (n = 5) kysyttäessä mitkä seikat edistävät käsikirjan käyttöä. Nämä vastaukset menivät muut vastaukset -osion alle. Tähän kategori-  
aan kuului esimerkiksi vastaus, jossa todettiin, ettei käsikirja ole käytössä. Myös ne vastaukset meni-  
vät tähän osioon, missä todettiin käsikirjan käyttö laajuudesta, esimerkiksi näin: *"Se että kirja on käytössä koko päiväkodissa."*

#### 6.4 Mitkä seikat estävät käsikirjan käyttöä?

Kysymyksen, "Mitkä seikat estävät käsikirjan käyttöä?" sisällön analyysissä erottui neljä keskeistä teemaa. Ne olivat ajan puute, puutteellinen toimintaympäristö, muiden materiaalien käyttö ja käsi-  
kirjan huono saatavuus (kuvio 11).



KUVIO 11. Käsikirjan käyttöä estävät seikat (n = 54.)

Lähes puolet koki ajan puutteen estävän käsikirjan käyttöä. Ajan puutetta kuvattiin tutkimusmateriaalissa esimerkiksi seuraavasti: *"ei aikaa suunnitella"*, *"ajan puute"*, *"arki vie, muunlaiset velvoitteet"*

*vievät aikaa lueskella” ja ” vähäinen suunnittelu aika”.* Aikaan liittyviä mainintoja oli 43 %:ssa (n = 23) vastauksia.

Puutteellinen toimintaympäristö estää käsikirjan käyttöä. Toimintaympäristön puutteellisuus koostuu vastauksista nousseista teemoista, jotka ovat henkilökunnan vähäisyys, innottomuus tai liika varo-  
vaisuus sekä puutteellisista tiloista ja välineistä. Puutteellinen toimintaympäristö mainittiin 26 %:ssa (n = 14) vastauksia. Tätä osiota kuvattiin esimerkiksi seuraavasti:

*Työntekijöiden viitseliäisyys  
Työntekijöiden pula tai jos työntekijät eivät itse innostu yhtään liikunnasta  
Ahtaat tilat...*

Muiden liikuntakasvatus materiaalien käyttö ja käsikirjan huono saatavuus vaikuttavat Pienet lapset  
liikkeelle -käsikirjan käyttöön. Muiden materiaalin käyttö nousi esille 20 %:ssa (n = 11) vastauksia,  
joko koulutuksen tai suoraan muun materiaalien käytön maininnoissa. Tätä osiota vastaajat kuvasi-  
vat sanoin: *Nuori Suomi, muun materiaalin käyttö ja hyvä lastentarhanopettajan koulutus.* Käsikir-  
jan huono saatavuus selvisi 15 %:sta (n = 8) vastauksia ja se nähtiin käsikirjan käyttöä estäväksi  
tekijäksi. Tätä osiota kuvattiin seuraavin sanoin:

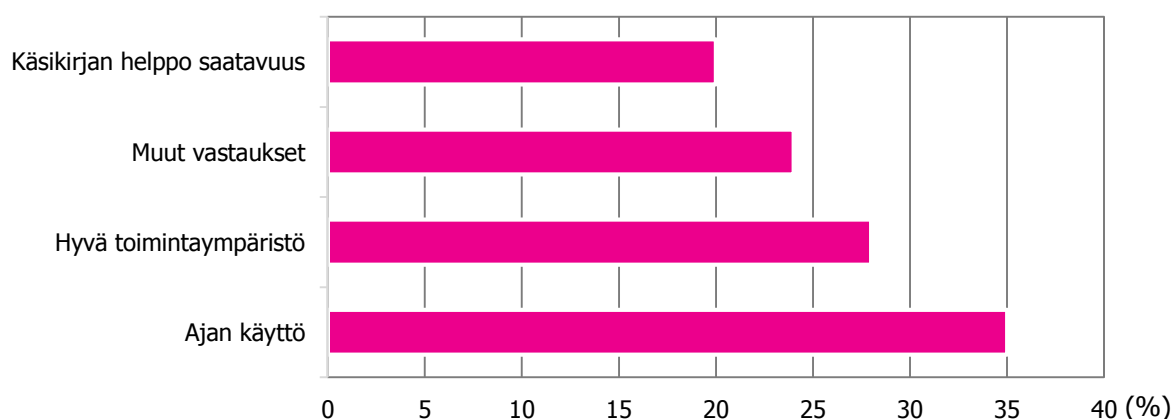
*Jos kirja ei ole saatavilla.  
Ryhmässä ei ole omaa painettua versiota.  
Käsikirja on hyllyssä jossain talon toisessa päässä...*

Teemaan tyhjät ja muut vastaukset sopi 14 % (n = 8) vastauksista. Tämän teeman vastaukset oli-  
vat hyvin erilaisia keskenään. Tähän teemaan kuuluivat tyhjien vastauksien lisäksi esimerkiksi seu-  
raavat vastaukset:

*Emme osaa sanoa.  
Ei mitkään. Aikuisten asenne tärkein.  
Kirjan unohtaminen.*

## 6.5 Edistävien ja estävien seikkojen kylläntyminen

Kysymyksestä, ”Mitkä seikat saisi teidät hyödyntämään käsikirjaa toiminnassanne?” nousi esille  
kolme pääteemaa, jotka olivat ajan käyttö, hyvä toimintaympäristö ja käsikirjan helppo saatavuus.  
Kuvioista 12 selviää, kuinka teemat jakautuvat suhteessa toisiinsa.



KUVIO 12. Mitkä seikat saivat hyödyntämään käsikirjaa toiminnassa (n = 54.)

Ajan käyttö tuli esille 35 %:ssa (n = 19) vastauksia. Ajankäyttö-osion alle koottiin vastaukset, joissa toivottiin lisää suunnittelu-aikaa, aikaa paneutua käsikirjaan ja mahdollisia lisäkoulutuksia käsikirjan käyttöön. Vastaajat vastaisivat kysymykseen muun muassa seuraavasti:

*Yhdessä tiiminä asian läpikäyminen, jotta saataisiin koko ryhmälle käyttöön.  
Ei ole aikaa perehtyä käsikirjaan.  
Enemmän konkreettista suunnittelu-aikaa.*

Hyvä toimintaympäristö -teeman alle luokiteltiin vastaukset joissa mainittiin aikuisten asenne, tilat, välineet ja muutokset henkilökunnassa. Tähän teemaan sopi 28 % (n = 15) vastauksista.

Vastauksissa mainittiin, että käsikirjaa käytettäisiin mikäli päiväkodilla olisi toimivammat sisätilat. Oma motivaatio ja yhteinen myönteinen asenne liikkuvalla arjella nähtiin myös tärkeinä tekijöinä liikuntakasvatuksessa.

Käsikirjan helppo saatavuus -teeman alle tuli 20 % (n = 11) vastauksista. Tähän laskettiin vastaukset joissa muun muassa mainittiin, että käsikirja olisi saatavilla painettuna versiona ja että se olisi saatavilla omassa ryhmässä. Tutkimustulosten mukaan käsikirjan käyttöä edistäisi käsikirjan helppo saatavuus ja varsinkin se, että se olisi saatavilla painettuna versiona.

Vastauksia jotka eivät sopineet minkään kategorian alle tuli yhteensä 24 % (n = 14). Nämä muut vastaukset ovat määrältään huomattava, koska niitä oli suhteellisen reilusti. Tämän teeman alle menivät myös yksittäinen tyhjä vastaus ja vastaukset joista ilmeni etteivät vastaajat osanneet vastata kysymykseen. Vastaukset erosivat selkeästi toisistaan ja niitä ei voinut laittaa minkään kategorian alle. Alla esimerkkejä vastauksista:

*Käsikirjan päivitys.  
Ei ole mitään lisättävää nykyiseen käsikirjaan.  
Tällaiset kyselyt palauttavat mieleen kirjan olemassaolon.  
Hyödynnän käsikirjaa jo nyt toiminnassa.*

## 7 TUTKIMUKSEN LUOTETTAVUUS JA EETTISYYS

Tutkimuksen luotettavuuteen ja eettisyyteen vaikuttavat hyvät tieteelliset käytännöt. Tarkat ohjeet hyvistä tieteellisistä käytännöistä löytyvät tutkimuseettisen neuvottelukunnan julkaisusta ”Hyvä tieteellinen käytäntö ja sen loukkausepäilyjen käsitteleminen Suomessa”. Keskeisimmät asiat ovat rehellisyys, huolellisuus ja tarkkuus tutkimuksen joka vaiheessa ja sidonnaisuuksien ilmoittaminen. (Tutkimuseettinen neuvottelukunta 2012, 6–8.) Näitä periaatteita noudatettiin koko opinnäytetyöprosessin ajan.

Opinnäytetyöhön saatiin tutkimuslupa Kuopion kaupungilta (liite 2). Tutkimusluvan hakeminen lisäsi työn luotettavuutta ja eettisyyttä sekä on hyvien tieteellisten käytänteiden mukaista. Tutkimustyötä ohjasi opinnäytetyön tilaajaan tarpeet. Vilkan (2006, 113) mukaan tutkijan tulee pitää lupauksensa tutkimuskohteen jäsenille ja kirjoittaa tutkimuksessa vain sellaisia asioita joista on sovittu tutkimuskohteen kanssa. Vaitiololupausta ja salassapitovelvollisuutta tulee kunnioittaa, vaikka siitä ei olisi tehty kirjallisia sopimuksia. Näin toimittiin myös tässä tutkimuksessa.

Pienet lapset liikkeelle -käsikirjan tutkimuksesta laadittiin tiedote, jonka toimeksiantajan edustaja lähetti päiväkoteihin ennen Webropol-kyselyä. Kirjeessä selvisi opinnäytetyön tarkoitus. Kyselyyn vastaajien oli tärkeää tietää, mihin he ovat vastaamassa ja mikä merkitys sillä on. Tämä lisäsi vastausten luotettavuutta ja on eettisesti tärkeää. Kuulan (2011, 99–101) mukaan kaikissa tapauksissa joissa tutkimusaineistoa kerätään muun muassa kirjeitse, havainnoinnilla tai erilaisilla kyselyillä, tutkittavien tulee saada tietoa tutkimusaineiston käytöstä. Tutkimuksen yhteydessä saadulla informaatiolla on merkitystä myös siinä mielessä, että se voi olla ratkaisevaa siinä, haluavatko ihmiset osallistua tutkimukseen vai eivät.

Tutkimuksen luotettavuuteen liittyy vahvasti kaksi osatekijää, jotka ovat reliabiliteetti ja validiteetti. Reliabiliteetti tarkoittaa mittaustulosten toistettavuutta, eli tutkimuksen kykyä antaa ei-sattumanvaraisia tuloksia. Reliabiliteetti voidaan todentaa monella tapaa, kuten määrällisessä tutkimuksessa erilaisilla tilastollisilla menettelytavoilla. (Hirsjärvi, Remes ja Sajavaara 1997, 231–232.) Tässä tutkimuksessa reliabiliteettia vahvisti erilaisten tilastollisten menetelmien käyttö, kuten ristiintaulukoinnin hyödyntäminen.

Validiteetti tarkoittaa sitä, onko tutkimukseen valittu tutkimusmenetelmä, joka on sopiva tutkimaan kyseistä asiaa. Onko siis valitulla menetelmällä kykyä mitata juuri sitä asiaa, mitä on tarkoitus. Validiutta voi parantaa triangulaatiota hyödyntämällä. (Hirsjärvi, Remes ja Sajavaara 1997, 231–232.) Tässä tutkimuksessa validiutta vahvisti triangulaatio. Tulokset on esitetty niin numeerisen tiedon pohjalta, kuin laadullisenkin aineiston pohjalta.

Webropol-kyselystä saadut vastaukset käsiteltiin siten, että vastauksista analysoitiin ja tutkittiin vain sitä asiaa, jota oli tarkoituskin tutkia. Tästä syystä oli tärkeää asettaa tutkimukselle täsmälliset tavoitteet ja tehdä kyselylomake niin, ettei siinä ollut mitään turhia kysymyksiä, vaan ainoastaan sel-

laisia, jotka liittyivät tutkittavaan asiaan. Tällöin tutkimuksen mittaustulokset olivat valideja. Webropol-kyselyn vastaukset tulivat nimettöminä, joten tämä osaltaan suojasi vastaajien anonymiteettiä. Materiaalia käsiteltiin mahdollisimman neutraalisti ja kunnioittavasti. Tilaajan annettiin hyväksyä teksti ennen sen julkistamista.

Tässä tutkimuksessa tutkittu prosessi oli moniulotteinen ja siksi haasteellinen. Tutkimuksen luotettavuutta lisäsi triangulaation käyttö, mutta sitä olisi voinut vielä lisätä esimerkiksi monipuolistamalla menetelmien käyttöä. Päiväkodin arjen toiminnan havainnointi olisi mahdollisesti tuonut hyvää lisätietoa tutkimukseen ja täten lisännyt tutkimuksen validiutta. Webropol-kyselyn uskottiin tavoittavan kaikki Kuopion kaupungin varhaiskasvatuksen tiimit, joten siihen päädyttiin. Myös käytössä olevat resurssit rajasivat tutkimusmenetelmän valintaa.

Kyselyn kysymyksiä pohdittiin yhdessä toimeksiantajan edustajan ja ohjaavien opettajien kanssa. Erittäin hyödyllistä kyselyä tehtäessä oli keskustella toimeksiantajan edustajan, Päivi Kurvin kanssa, joka oli osallistunut Pienet lapset liikkeelle -käsikirjan tekemiseen. Kyselyä tehdessä pidettiin mielessä, mitä tietoa kyselyllä halutaan selvittää ja miksi. Nämä kaikki seikat lisäsivät kyselyn validiutta. Analyysi Kasvattajan käsikirjasta (liite 1) ohjasi kysymysten muotoilua ja se osaltaan lisäsi tutkimuksen luotettavuutta. Tutkimuksen reliabiliteettiin vaikutti analyysivaiheessa käytetyn ristiintaulukoinnin riippumattomuudesta Khin neliö. Tämä on yksi tilastollinen menettelytapa, jolla voidaan testata tutkimuksen reliabiliteettia. Khin neliötestin käyttö lisäsi tutkimuksen luotettavuutta ja analyysissa tehtävien johtopäätösten todennäköisyyttä. Avointen kysymysten analyysin tulosten luotettavuutta lisäsi vastausten kylläntyminen.

Kaikki Kuopion kaupungin varhaiskasvatuksen tiimit eivät vastanneet kyselyyn, mutta kaikkien olisi pitänyt saada kysely. Silti on mahdollista, ettei kysely saavuttanut koko kohderyhmää liian monen välikäden takia. Toimeksiantajan toive oli, että kysely lähtee palvelujohtajalta päiväkodinjohtajille ja johtajilta tiimeille. On tiedossa, että kysely on lähtenyt palvelujohtajalta päiväkodinjohtajille, mutta ei ole tiedossa, miten kysely on sen jälkeen edennyt ja miten kyselyyn vastaamista on ohjeistettu. Nämä seikat heikentävät kyselyn luotettavuutta, koska tutkimus ei välttämättä ole saavuttanut koko kohderyhmää. Vastausprosentti ja vastauksien määrä jäivät tässä tutkimuksessa hiukan liian pieniksi. Nämä kaksi seikkaa heikentävät tutkimuksen luotettavuuteen eniten. Jälkikäteen on pohdittu, olisiko vastausprosentti ollut eri, jos välikäsiä olisi ollut vähemmän ja tutkimuksen tekijät olisivat lähettäneet tiedotteen ja kyselyn päiväkodeille itse.

Ei tiedetä saavuttiko kysely kaikki tiimit, eikä myöskään sitä saavuttiko tiedote, miten suuren osan vastaajista. Tämä on tähän opinnäytetyöhön liittyvä eettinen ongelma. Jos vastaajat eivät tiedä, mitä varten tutkimusta tehdään, vähentää se tutkimuksen eettisyyttä. Olisi ollut parempi opinnäytetyön luotettavuuden ja eettisyyden kannalta, jos välikäsiä ei olisi ollut tutkimuksen tiedotteen ja kyselyn lähettämisessä. Tämän opinnäytetyön eettisyyttä pohdittiin myös siltä kannalta, että kaikki tutkimuksen tulokset eivät välttämättä ole toimeksiantajan kannalta toivottavia. Tämä tiedostettiin ja tulokset todettiin mahdollisimman neutraalisti siten kuten ne ovat. Pohdinta ja siinä esille tuodut kehitysideat tuotiin esille niin neutraalisti, kuin mahdollista. Toimeksiantajan kuten myös tutkijoiden



omien mielipiteiden häivyttämiseen pyrittiin jatkuvasti. Omat mielipiteet eivät vaikuttaneet tutkimuksen tuloksiin ja niiden esittelyyn. Tämä lisäsi tutkimuksen eettisyyttä.

Kyselyn kysymykset olivat pääsääntöisesti onnistuneet hyvin, tarkan kyselyn teko prosessin ansiosta. Osallisuuteen liittyvä kysymys: ”Kuinka käsikirja mahdollistaa lapsen monipuolisen ja omavalintaisen liikkumisen sisällä sekä ulkona? (välineet sisällä ja ulkona, suunnittelu, toteutus, jne.)” olisi kannattanut muotoilla toisin. Osa vastasi, että aikuinen mahdollistaa osallisuuden, ei käsikirja. Tämä tyyli- set vastauksen eivät kertoneet mitään ja tämä olisi ollut vältettävissä kysymyksen asettelua muuttamalla.

Pohdittaessa Pienet lapset liikkeelle -käsikirjasta tehdyn tutkimuksen yleistettävyyttä voi ajatella koko Suomen varhaiskasvatuspalveluita. Suomessa päiväkotitoiminta on hyvin samankaltaista joka kunnassa, koska sitä ohjaavat samat perusteet ja lait. Tästä syystä tulosten yleistettävyys on mahdollista, mutta esimerkiksi hallinnolliset erot eri kuntien varhaiskasvatuspalveluissa voivat vaikuttaa yleistettävyyteen. Yleistettävyys tarkoittaa sitä, että tutkimuksen kohteena olevasta ilmiöstä voidaan tutkimuksen perusteella saada selvää vastavanlaisista tapauksista (Saarinen-Kauppinen ja Puusniekka 2006c). Tutkimus on siirrettävissä varhaiskasvatuksen toimintaympäristön lisäksi muihin sosi- aali- ja terveysalan toimintaympäristöihin, esimerkiksi muihin yksiköihin joissa on toimintaa ohjaavia käsikirjoja. Voi olettaa, että käsikirjan käyttöä edistävät ja estävät seikat ovat osittain samanlaisia toimintaympäristöstä riippumatta. Täytyy silti muistaa, että jokaisella toimintaympäristöllä on omat erikoispiirteet, eikä täyttää yleistettävyyttä ole luultavasti mahdollista tehdä.

Tutkimuksen luotettavuuteen ja eettisyyteen vaikuttaa todella moni asia tutkimuksen eri vaiheissa. Tässä tutkimuksessa pyrittiin kuvaamaan mahdollisimman tarkkaan kaikki nämä tutkimuksen vaiheet ja niihin vaikuttavat seikat. Tämä lisäsi eettisyyttä. Laadullisen tutkimuksen luotettavuutta nostaa tutkijan tarkka selostus tutkimuksen etenemisestä ja toteuttamisesta (Hirsjärvi ym. 1997, 232). Triangulaation käyttäminen on vaatinut tässä tutkimuksessa sen, että tutkimuksen eri vaiheet ja luotettavuus käytiin läpi kvalitatiivisesta ja kvantitatiivisesta näkökulmasta. Tämä lisäsi tutkimuksen luotettavuutta.

## 8 POHDINTA

Mitä lisäarvoa Pienet lapset liikkeelle -käsikirja tuo Kuopion Kaupungin varhaiskasvatustalveluiden liikuntakasvatukselle ja miten käsikirjaa käytetään päiväkodeissa? Tutkimuksen tulosten perusteella voidaan todeta, että käsikirja on käytössä harvoin, mutta silloin, kun se käytössä, käyttö on monipuolista. Näin ollen voi olettaa, että Pienet lapset liikkeelle -käsikirjasta on hyötyä Kuopion kaupungin varhaiskasvatuksen liikuntakasvatukselle. Yli puolet vastanneista päiväkotien tiimeistä käyttivät käsikirjaa harvoin ja kolme vastanneista tiimeistä eivät käyttäneet käsikirjaa ollenkaan. Yksi neljäs osa tiimeistä käytti käsikirjaa säännöllisesti, kerran kuussa tai useammin. Tämä kertoo, että käsikirjan hyöty ja sen antama lisäarvo voi vaihdella päiväkotikohtaisesti hyvinkin paljon. Tätä vahvistaa osallisuuteen liittyvien kysymysten suuri hajonta. Osa vastaajista osasi hyvin kuvata lasten osallisuuden liittyviä asioita. Tämä kertoo, että he ovat sisäistäneet käsikirjan. Toiset eivät taas vastanneet mitään tai vastasivat vain hyvin. Tämä antaa viitteitä siitä, että käsikirjaa ei ehkä ole sisäistetty täysin.

Käsikirjan ollessa käytössä sitä hyödynnettiin monipuolisesti eri toiminnoissa ja arjen eri tilanteissa. Vähiten sitä käytettiin ruokailussa ja lepohetkissä. Ulkoilu, leikin ohjaus ja pedagogiset tuokiot keräsivät eniten vastauksia sarakkeisiin *usein*, *harvoin* ja *toisinaan*, eli tämä osoittaa, että käsikirjaa hyödynnettiin eniten edellä mainituissa toiminnoissa. Tämä antaa viitteitä siitä, että lasten liikunnan kuormittavuus vaihtelee päiväkotipäivän mittaan. Lapsen päivittäisen liikunnan tulee olla kuormittavuudeltaan monipuolista; siihen tulee sisältyä kevyttä liikuntaa, reipasta ulkoilua ja erittäin vauhdikasta fyysistä aktiivisuutta (Opetus- ja kulttuuriministeriö 2016, 14–15).

Useat päivähoidossa olevat lapset viettävät hoitopaikassaan pitkän päivän, jopa 8–9 tuntia. Tästä syystä on tärkeää, että toiminnan, ruokailun ja levon rytmi on suunniteltu huomioiden lapsen hyvinvointi. Liikuntaa saa sisällytettyä toimintaan pitkin päivää. (Karvonen ym. 2003, 97.) Liikuntakasvatuksen tulee olla esillä arjen eri toiminnoissa, jotta lasta voidaan motivoida liikkumaan pysyvästi niin, että liikunnasta tulisi elämän tapa. Pienet lapset liikkeelle -käsikirjan monipuolinen hyödyntäminen takaa sen, että edellä mainitut seikat toteutuvat päiväkodin arjessa. Tutkimuksen tulokset antavat viitteitä siitä, että päiväkodeissa liikutaan.

Hyvä toimintaympäristö on edellytys hyvälle liikuntakasvatukselle ja sille, että käsikirjaa on helppo soveltaa arjen toiminnoissa. Niin aikuisten positiivinen asenne ja motivaatio liikuntaa kohtaan kuin hyvät tilat ja välineet edesauttavat käsikirjan käyttöä sekä liikuntakasvatuksen toteutumista. Tutkimuksesta ilmeni, että aikuisten asenteisiin tulisi saada muutoksia ja että motivoitunut henkilökunta mahdollistaa liikkumisen. Aikuisen tulisi antaa lapselle mahdollisuus muokata ympäristöä ja tiloja siten, että se mahdollistaa liikkumisen ja poistaa esteitä liikkumiselta. Aikuinen täytyy myös itse etsiä ja luoda liikkumiseen houkuttelevia ympäristöjä niin sisällä, kuin ulkonakin. (vrt. Opetus- ja kulttuuriministeriö 2016, 10, 23–26.) Jotta tämä mahdollistuu, tarvitaan motivoitunut ja ammattitaitoinen varhaiskasvatuksen henkilökunta. Tämä asia ilmeni Pienet lapset liikkeelle -käsikirjasta tehdyn kyselyn vastauksista, kuten myös vuosien 2005 ja 2016 Varhaiskasvatussuunnitelman perusteista. Perusteissa korostetaan päivittäisen liikkumisen mahdollistamista ja liikkumiseen kannustamisen tärkeyttä.

Myös säännöllisesti ohjatun liikunnan merkitystä lapsen kokonaisvaltaiselle kehitykselle ja motoriselle oppimiselle korostetaan. (vrt. Stakes 2005, 22–23; Opetushallitus 2016, 46–47.)

Painettu versio Pienet lapset liikkeelle -käsikirjasta koettiin tärkeäksi, se helpottaisi käsikirjan käyttöä arjessa. Tämä tuli esille niin käsikirjan käyttöä edistävissä kuin estävissä tekijöissä. Edistäväksi tekijäksi nähtiin se, että käsikirjasta on painettu versio. Estävä tekijä oli taas se, ettei painettua käsikirjaa ollut saatavilla. Useat vastaajat kokivat, että arjen tilanteiden keskellä olisi helpoin tarttua painettuun versioon käsikirjasta. Voidaan todeta, että käsikirja olisi todennäköisesti enemmän käytössä, mikäli siitä olisi helposti saatavilla painettu versio.

Toimintaympäristön toimivuus on tärkeä seikka, joka tukee lapsen osallisuutta. Tutkimuksesta selvisi, että esimerkiksi liikuntavälineiden esilläolo oli merkittävä seikka lasten omaehtoisen liikkumisen ja osallisuuden lisäämiseksi. Suomen varhaiskasvatuslaissa (1973, § 7) todetaan, että ”Lapsen varhaiskasvatusta suunniteltaessa, toteutettaessa ja arvioitaessa lapsen mielipide ja toivomukset on selvitettävä ja otettava huomioon hänen ikänsä ja kehityksensä edellyttämällä tavalla”. Tutkimuksessa selvisi, että lasten mielipiteitä kuunnellaan, toiveita kysytään ja he pääsevät mukaan suunnittelemaan toimintaa. Nämä edellä mainitut seikat ovat osallisuuden toiminnantason osatekijöitä.

Turjan (2011, 26–31) mukaan osallisuus ei tarkoita vain osallistumista, mukana olemista ja läsnäoloa. Oleellista on, että yksilöt voivat vaikuttaa toiminnan sisältöön. Osallisuudesta on löydettävissä kolme tasoa: tiedollinen, toiminnallinen ja tunnetaso. Toiminnalliseen tasoon kuuluu toiminnan eri vaiheet eli toiminnan prosessit, joissa edetään ideoista suunnitelman laatimiseen, päätöksen tekoon, toteutukseen ja toiminnan arviointiin. Myös materiaallinen saatavuus kuuluu toiminnalliseen tasoon. Tieto siitä, missä esimerkiksi liikuntavälineet ovat, on osallisuuden tiedollista tasoa. Pienet lapset liikkeelle -käsikirjan tutkimuksen vastauksissa tämä osallisuuden tiedollinen taso ilmeni liikuntavälineiden esillä pitämisellä siten, että ne ovat vapaasti lasten saatavilla. Tämä osoittaa, että käsikirjan vaatima välineiden esilläpito toteutuu tutkimuksen perusteella hyvin osassa Kuopion kaupungin päiväkodeissa. Kolmasosa Pienet lapset liikkeelle -käsikirjan kyselyyn vastanneista totesi lasten osallisuuden mahdollistuvan, koska liikuntavälineet ovat lasten saatavilla. Osallisuuden nähtiin mahdollistuvan, koska lapset saavat itse rakentaa toimintaympäristöjä ja vaikuttaa toiminnan sisältöön.

Pienet lapset liikkeelle -käsikirjan antama lisähyöty vaikuttaa vaihtelevan päiväkotikohtaisesti. Kuopion kaupungin varhaiskasvatuksen toteuttajien kannattaa pohtia, antaako Pienet lapset liikkeelle -käsikirja merkittävää lisäarvoa heidän koko toimintaympäristön liikuntakasvatukselle. Tuloksista selvisi, että jotkin päiväkodit käyttävät muita materiaaleja liikuntakasvatuksen toteuttamiseen ja käsikirja on pääsääntöisesti harvoin käytössä. Olisi hyvä miettiä, mikä materiaali olisi paras liikuntakasvatukseen. Tähän vaikuttavat materiaalin laatu ja saatavuus. Olisi tärkeää, että kaikissa Kuopion kaupungin päiväkodeissa käytettäisiin samaa, laadukasta ja vaikuttavaksi todettua materiaalia liikuntakasvatuksen pohjana: tämä takaisi liikuntakasvatuksen tasalaatuisuuden. Pienet lapset liikkeelle -käsikirja on tarkoitettu takaamaan tasalaatuinen ja lakeja ja säädöksiä vastaava liikuntakasvatus Kuopion kaupungin varhaiskasvatuspalveluissa.

Tämän tutkimuksen pohjalta vaikuttaa siltä, että käsikirjaa käytetään liian vähän, jotta se takaisi tasalaatuisen liikuntakasvatuksen Kuopion Kaupungin kaikissa päiväkodeissa. Tämän tutkimuksen perusteella ei voida tietää, toteutuuko Pienet lapset liikkeelle -käsikirjan mukainen liikuntakasvatus Kuopion kaupungin varhaiskasvatuksessa. Kuitenkin tutkimustulokset antavat viitteitä siitä, että silloin, kun käsikirja on käytössä, liikuntakasvatus on laadukasta. Tämän tutkimuksen perusteella sitä ei kuitenkaan voi todeta, koska vastausprosentti oli pieni.

On ajankohtaista miettiä, olisiko parempi ottaa käyttöön täysin uusi liikuntakasvatuksen materiaali vai kannattaako Pienet lapset liikkeelle -käsikirja päivittää ja panostaa käsikirjan käytön lisäämiseen. Tähän tämän tutkimuksen perusteella on vaikea vastata, sillä ei ole tietoa muista liikuntapedagogiikkaan käytettävistä materiaaleista, niiden laadusta ja käytettävyydestä. Sen sijaan tutkimalla liikuntakasvatuksen laatua ja siihen vaikuttavia seikkoja, voidaan arvioida, kannattaako käsikirja päivittää ja kuinka sen käyttö saadaan lisääntymään. Jos Kuopion kaupungin varhaiskasvatustalvet haluaisi tietoa liikuntakasvatuksensa laadusta, tulisi siihen liittyen tehdä täysin oma tutkimuksensa. Olisi tärkeää tutkia niitä seikkoja, mitkä tekevät liikuntakasvatuksesta laadukasta. Näin voisi arvioida päiväkotikohtaisesti, onko yksikössä toteutettava liikuntakasvatus laadukasta ja säädöksiä vastaavaa ja kuinka Pienet lapset liikkeelle -käsikirjan käyttö vaikuttaa edellä mainittuihin seikkoihin.

Pienet lapset liikkeelle -käsikirja pohjautuu vuoden 2005 Varhaiskasvatussuunnitelman perusteisiin, mutta käsikirja vastaa melko hyvin myös vuoden 2016 Varhaiskasvatussuunnitelman perusteiden liikuntakasvatuksen asettamiin vaatimuksiin. Vähäisillä muutoksilla käsikirja saataisiin päivitettyä vastaamaan uusia perusteita. Yhteistyö huoltajien kanssa sekä tavoitteellisuuden ja suunnitelmallisuuden esille tuominen liikuntakasvatuksessa vaatisivat tarkennusta. Käsikirja on laadukas julkaisu ja tämä ilmeni myös Pienet lapset liikkeelle -käsikirjan tutkimuksen avoimissa vastauksissa. Vaikka ei tiedetä muista liikuntakasvatukseen käytettävistä materiaaleista voidaan todeta, että Pienet lapset liikkeelle -käsikirja kannattaa päivittää sen laadukkuuden ja käytettävyyden takia. Täten myös edelleen pitää pohjana Kuopion kaupungin liikuntakasvatukselle.

Jotain tulisi tehdä sen eteen, että käsikirja olisi enemmän käytössä kaikissa Kuopion kaupungin päiväkodeissa. Avoimien kysymyksien vastauksista nousi tähän ideoita, esimerkiksi koulutusta asian tiimoilta toivottiin. Myös päiväkodinjohtajat voisivat kiinnittää huomioita siihen, kuinka juuri heidän päiväkodissa saadaan käsikirja käyttöön. Käsikirja on helposti omaksuttava ja antaa kaikille lapsien kanssa työskenteleville kasvattajille hyvät lähtökohdat tehdä laadukasta liikuntakasvatusta. Pienet lapset liikkeelle -käsikirjan tietoa voi helposti täydentää muilla materiaaleilla. Uusien työntekijöiden perehdyttämisyvaiheessa voisi kiinnittää erityistä huomiota, kuinka tutustutaan Kuopion kaupungin varhaiskasvatusta ohjaaviin dokumentteihin. Perehdytys takaisin sen, että kaikilla työntekijöillä olisi tieto ohjaavista dokumenteista ja näin he voisivat siirtää tiedon toiminnan tasolle.

### **Hyvän pedagogisen toiminnan edellytyksiä liikuntakasvatuksessa**

Toiminnan suunnittelu on oleellista, koska vain huolellinen ja tavoitteellinen suunnittelu kasvattaja yhteisössä mahdollistaa monipuolisen ja lapsen tarpeita vastaavan liikuntakasvatuksen. Toimintaa

tulee pystyä myös yksilöllistämään, koska lasten motorisissa taidoissa on paljonkin eroa. (Pönkkö ja Sääkslahti 2013, 465–466.) Pienet lapset liikkeelle -käsikirjan tutkimuksesta ilmeni suunnittelun tarkeys riittävänä tai riittämättömänä suunnitteluaihana. Riittävä suunnittelu aika edisti Pienet lapset liikkeelle -käsikirjan käyttöä ja riittämätön taas esti sen käyttöä. Suunnittelun merkitys ilmeni myös Kasvattajan käsikirjasta tehdyn kyselyn vastauksien analyysistä, joka tehtiin tämän opinnäytetyön suunnitteluvaiheessa.

Käsikirjoista tehtyjen kyselyjen pohjalta voidaan todeta, että suunnittelu on oleellista hyvän pedagogisen toiminnan kannalta. Suunnittelemalla laadukas ja säädösten mukainen liikuntakasvatus toteutuu. Suunnitelmat ja arjen tilanteen joustavat aina tilanteen mukaan, mutta suunnitelmien avulla kasvattajat pystyvät ymmärtämään, mikä on oleellista toimintaa laadukkaassa liikuntakasvatuksessa. Näin myös pystytään soveltamaan toimintaa tarpeiden ja tilanteiden mukaan. Riittävä suunnittelu aika, suunnitelmallinen pienryhmä toiminta ja tilojen suunnitelmallinen monipuolinen hyödyntäminen olivat Kasvattajan käsikirjasta tehdyn tutkimuksen mukaan tärkeitä asioita. Erityisesti pienryhmä toimintoja ja ratkaisuja kuvatessa nousi sanat yksilöllinen ohjaus, lasten mielenkiinnot ja lapsen kehitystason mukaisuus esille.

Kaikki edellä mainitut seikat ovat tärkeitä hyvässä liikuntakasvatuksessa. Yksilöllisellä ohjauksella, lasten mielenkiinnot huomioiden ja lasten kehitystasot huomioon ottaen saadaan luotua emotionaalisesti positiivisia liikuntakokemuksia, joissa lapsi saa pätevyyden kokemuksia. Nämä kokemukset lisäävät liikuntamotivaatiota ja edistävät koko elämän mittaista fyysistä aktiivisuutta. Varhaiskasvatuksen ammattilaisten tehtävä on luoda tilanteita joissa nämä kokemukset mahdollistuvat. (Jaakkola ym. 2013, 18; Koski 2013, 97; Sosiaali- ja terveysministeriö 2005, 17, Sääkslahti 2015, 164.)

Kasvattajan käsikirjan kyselystä ilmeni, että esteitä liikunnan tieltä on purettu asenteita ja fyysistä ympäristöä muokkaamalla. Näiden seikkojen tarkeys tuli ilmi myös Pienet lapset liikkeelle -käsikirjasta tehdyssä tutkimuksessa kaikissa avoimissa vastauksissa, esimerkiksi hyvänä tai puutteellisenä toimintaympäristönä tai lapsen omaehtoista liikkumista tukevana toimintaympäristönä. Hyvässä ja lapsen omaehtoista liikkumista tukevassa toimintaympäristössä liikuntavälineet ovat esillä, kaikkia tiloja käytetään liikkumiseen niin ulkona kuin sisälläkin ja liikunta mahdollistetaan pitkin päivää eri tilanteissa. Pienet lapset liikkeelle -käsikirjassa painotetaan, että liikuntavälineiden tuominen hoitotiloihin lapsen arkipäivään on tärkeää. Välineet antavat lapselle mahdollisuuden suunnitella ja toteuttaa omia ideoita sekä tuovat iloa, vaihtelua ja elämyksiä lapsen liikkumiseen. Liikuntavälineitä tulee olla esillä niin, että ne ovat lasten vapaassa käytössä. Käsikirjassa keskeisin tavoite on, että lasten arkipäivän liikunta monipuolistuisi. On tärkeää innostaa lapsia liikkumaan monipuolisesti eri tilanteissa. Tämä vaatii onnistuakseen teorian tiedon sisäistämistä ja soveltamista.

Hyvään toimintaympäristöön vaikutti tutkimusten mukaan toimivien tilojen lisäksi kasvattajien positiivinen asenne liikuntaan. Liikuntavälineiden esillä pitoon ja kasvattajien positiiviseen asenteeseen liikuntaa kohtaan, voidaan vaikuttaa jokaisessa toimintaympäristössä. Näin kaikki yksiköt voivat parantaa toimintaympäristöään, fyysisten tilojen laadusta riippumatta, kohti laadukasta liikuntakasvatusta.

Erittäin tärkeä seikka laadukkaassa liikuntakasvatuksessa on tasokkaan liikuntapedagogiikka materiaalin olemassaolo ja hyvä saatavuus. Pienet lapset liikkeelle -käsikirjan tutkimuksesta selvisi, että painetun käsikirjan olemassaolo ja saatavuus lisäsivät merkittävästi käsikirjan käyttöä. Näitä edellä mainittuja kolmea seikkaa voidaan soveltaa muihinkin pedagogisiin toimintoihin kuin liikuntakasvatukseen. Näin pedagogisen toiminnan laatu kasvaa. Pienet lapset liikkeelle -käsikirjasta ja Kasvattajan käsikirjasta tehtyjen tutkimuksien pohjalta voidaan todeta, että laadukasta liikuntakasvatusta edistävät riittävä suunnittelu, toimiva ja hyvä toimintaympäristö ja helposti saatavilla oleva laadukas liikuntakasvatuksen materiaali, kuten kuviossa 13 selviää.



KUVIO 13. Hyvän pedagogisen toiminnan edellytyksiä liikuntakasvatuksessa (Karikumpu ja Ikäheimo 2017)

Tutkimustehtävänä oli selvittää, millaista lisäarvoa Pienet lapset liikkeelle -käsikirja tuo Kuopion varhaiskasvatuksen liikuntakasvatukseen. Tulosten perusteella voidaan todeta, että mikäli käsikirja on käytössä ja ammattilainen on sisäistänyt sen, mahdollistuu laadukas liikuntakasvatus. Käsikirja antaa myös selkeän yhtenäisen linjan koko Kuopion kaupungin varhaiskasvatukselle, joten se takaa tasalaatuisuuden. Tasalaatuisuus on tärkeää toiminnoissa, jotta kaikki lapset saavat samat mahdollisuudet liikuntaan ja terveellisiä elämäntapoja edistävään toimintaan.

### Opinnäytetyön merkityksiä eri tasoilla

Opinnäytetyöstä löytyi useita yhteiskuntatason merkityksiä. Yksi merkittävin näkökulma on kansanterveys. Liikuntakasvatus tukee kansanterveyttä ennaltaehkäisevästä ja edistävästä näkökulmasta. On tärkeää, että lapset omaksuvat terveelliset elämäntavat jo varhaislapsuudessa, koska usein ne säilyvät läpi elämän. Pienet lapset liikkeelle -käsikirja tukee liikuntakasvatusta ja liikunnallisen elämäntavan omaksumista. Käsikirjan käytöstä saadun tiedon perusteella voidaan sen käyttöä monipuollistaa ja tehostaa.

Osaltaan opinnäytetyö edistää YK:n lastenoikeuksien julistuksen ja Suomen lakien, varsinkin varhaiskasvatuslain toteutumista. Työyhteisö saa ymmärrystä, kuinka tärkeää on hyödyntää laadukasta ja koko kunnan käytössä olevaa materiaalia liikuntakasvatuksen pohjalla, jotta tasalaatuisuus sekä lait ja säädökset toteutuvat. Liikuntakasvatuksen tulisi olla suunnitelmallista sekä omaehtoista.

Liikunnalla on merkitystä lasten läpi elämän mittaiseen hyvinvointiin. Tämä tutkimus edistää tasalaatuisen liikuntakasvatuksen toteutumista Kuopion kaupungin varhaiskasvatuspalveluissa ja on tästä syystä merkityksellistä jokaiselle lapselle. Jo varhaislapsuudesta lähtien on tärkeää kiinnittää huomiota liikkumisen määrään ja laatuun. Tästä syystä on erityisen tärkeää, että varhaiskasvatuspalveluissa järjestettävää liikuntakasvatusta on tarpeeksi ja että se tukee liikunnallisten elämätapojen omaksumista. On havaittu, että jo alle kouluikäiset lapset liikkuvat liian vähän (Soini, ym. 2011).

Vuonna 2016 on tullut uudet liikuntasuositukset: varhaisvuosien fyysisen aktiivisuuden suositukset, joissa on kasvatettu suositeltua liikunnan tuntimäärää yhdellä tunnilla sekä kiinnitetty huomiota liikunnan kuormittavuuksiin (Opetus- ja kulttuuriministeriö 2016). Jotta suositus toteutuu, lapsilla tulee olla mahdollisuus liikkua pitkin päivää niin omaehtoisesti kuin ohjatusti. Käytännössä tämä tarkoittaa sitä, että varsinaisten liikuntahetkien lisäksi arjessa tulisi olla tilaa liikunnalle. Pienet lapset liikkeelle -käsikirjassa on runsaasti monipuolisia esimerkkejä, kuinka liikuntaa saadaan lisättyä eri arjen tilanteisiin. Siksi on erittäin tärkeää pyrkiä edistämään Pienet lapset liikkeelle -käsikirjan käyttöä ja purkaa esteitä käytön tieltä.

## LÄHTEET

ALKULA, Tapani, PÖNTINEN, Seppo ja YLÖSTALO, Pekka 1999. Sosiaalitutkimuksen kvantitatiiviset menetelmät. Helsinki: WSOY.

AUTIO, Tuire ja KASKI, Satu 2005. Ohjaamisen taito. Liikunta tukemassa lapsen ja nuoren kasvua. Helsinki: Edita.

BLOMBERG, Harald 2012. Parantavat liikkeet. Viro: Tallinna Raamatutukikoda.

ESKOLA, Jari ja SUORANTA, Juha 1998. Johdatus laadulliseen tutkimukseen. 7. uudistettu painos. Tampere: Kustannusosakeyhtiö Vastapaino.

HEIKKILÄ, Tarja 2014. Tilastollinen tutkimus. Helsinki: Edita.

HIRSJÄRVI, Sirkka, REMES, Pirkko ja SAJAVAARA, Paula 1997. Tutki ja kirjoita. 15. uudistettu painos. Helsinki: Tammi.

HOLOPAINEN, Martti, PULKKINEN, Pekka 2008. Tilastolliset menetelmät. 5. uudistettu painos. Helsinki: WSOY.

JAAKKOLA, Timo 2013a. Liikuntapedagogiikka. Teoksessa: JAAKKOLA, Timo, LIUKKONEN, Jarmo ja SÄÄKSLAHTI, Arja (toim.) Liikuntapedagogiikka. Jyväskylä: PS-kustannus Oy, 260–272.

JAAKKOLA, Timo 2013b. Liikuntataitojen oppiminen. Teoksessa: JAAKKOLA, Timo, LIUKKONEN, Jarmo ja SÄÄKSLAHTI, Arja (toim.) Liikuntapedagogiikka. Jyväskylä: PS-kustannus Oy, 162–184.

JAAKKOLA, Timo 2013c. Liikuntataitojen opettaminen. Teoksessa: JAAKKOLA, Timo, LIUKKONEN, Jarmo ja SÄÄKSLAHTI, Arja (toim.) Liikuntapedagogiikka. Jyväskylä: PS-kustannus Oy, 364–379.

JAAKKOLA, Timo, LIUKKONEN, Jarmo ja SÄÄKSLAHTI, Arja 2013. Johdatus liikuntapedagogiikkaan. Teoksessa: JAAKKOLA, Timo, LIUKKONEN, Jarmo ja SÄÄKSLAHTI, Arja (toim.) Liikuntapedagogiikka. Jyväskylä: PS-kustannus Oy, 17–27.

JÄMSÄ-TASKINEN, Annukka, KURVI, Päivi ja NISSI, Tapio 2007. Pienet lapset liikkeelle [verkkojulkaisu]. Kuopion kaupunki. [Viitattu 2016-07-17.] Saatavissa: [http://tervekuopio.fi/c/document\\_library/get\\_file?uuid=a6c7c4d1-1459-4706-ab9a-ed44bb261ff&groupId=29528](http://tervekuopio.fi/c/document_library/get_file?uuid=a6c7c4d1-1459-4706-ab9a-ed44bb261ff&groupId=29528)

KANANEN, Jorma 2010. Opinnäytetyön kirjoittaminen käytännön opas. Jyväskylä: Jyväskylän ammattikorkeakoulu.



KARVONEN, Pirkko, SIREN-TIUSANEN, Helena ja VUORINEN, Riitta 2003. Varhaisvuosien liikunta. Jyväskylä: VK-Kustannus oy.

KASVATTAJAN KÄSIKIRJA 2012 = Varhaiskasvatussuunnitelma. Kasvattajan käsikirja [verkkojulkaisu]. Kuopion kaupunki. [Viitattu 2016-09-10.] Saatavissa: [https://www.kuopio.fi/c/document\\_library/get\\_file?uuid=37e9416e-ebc2-4d43-b053-f9878cbce9ba&groupId=12147](https://www.kuopio.fi/c/document_library/get_file?uuid=37e9416e-ebc2-4d43-b053-f9878cbce9ba&groupId=12147)

KATAJAMÄKI, Eija 2005. Terve lapsi ja nuori. Teoksessa: KOISTINEN, Paula, RUUSKANEN, Susanna ja SURAKKA, Tuula (toim.) Lasten ja nuorten hoitotyön käsikirja. Helsinki: Tammi.

KAURANEN, Kari 2001. Motoriikan säätely ja motorinen oppiminen. Helsinki: Liikuntatieteellinen seura ry.

KIVINIEMI, Kari 2015. Laadullinen tutkimus prosessina. Teoksessa: VALLI, Raine ja Aaltola, Juha (toim.) Ikkunoista tutkimusmetodeihin 2. 4 uudistettu painos. Jyväskylä: PS-Kustannus Oy, 74–88.

KOLJONEN, Maija 2005. Psykomotorisen harjaantumisen mahdollisuudet. Teoksessa: RINTALA, Paula, AHONEN, Timo, CANTEL, Marja ja NISSINEN, Anu (toim.) Liiku ja opi. Jyväskylä: PS-kustannus, 72–92.

KOSKI, Pasi 2013. Liikuntasuhde ja liikuntakasvatus. Teoksessa: JAAKKOLA, Timo, LIUKKONEN, Jarmo ja SÄÄKSLAHTI, Arja (toim.) Liikuntapedagogiikka. Jyväskylä: PS-kustannus, 96–124.

KVANTIMOTV 2003. Otos ja otantamenetelmät [verkkojulkaisu]. Tampere: Yhteiskuntatieteellinen tietoarkisto. [Viitattu 2017-02-07.] Saatavissa: <http://www.fsd.uta.fi/metelmaopetus/otos/otanta-menetelmat.html>

KVANTIMOTV 2004. Ristiintaulukointi [verkkojulkaisu]. Tampere: Yhteiskuntatieteellinen tietoarkisto. [Viitattu 2016-21-12.] Saatavissa: <http://www.fsd.uta.fi/metelmaopetus/ristiintaulukointi/ristiintaulukointi.html>

KUOPION KAUPUNKI s. a. Päivähoito ja esiopetus [verkkosivusto]. Kuopio. [Viitattu 2017-02-01.] Saatavissa: <https://www.kuopio.fi/web/opetus-ja-koulutus/paivahoito-ja-esiopetus>

KUULA, Arja 2011. Tutkimusetiikka. Toinen, uudistettu painos. Tampere: Kustannusosakeyhtiö Vastapaino.

LAPPALAINEN, Jaana 2017-02-13. Kuopion kaupungin varhaiskasvatuspalveluiden palvelupäällikkö. [Haastattelu.] Kuopio: Kouluvirasto.

LAAKSO, Lauri 2003. Liikuntakasvatuksen ja liikuntapedagogiikan perusteet. Teoksessa: HEI-KINARO-JOHANSSON, Pilvikki, HUOVINEN, Terhi ja KYTÖKORPI, Lea (toim.) Näkökulmia liikuntapedagogiikkaan. Helsinki: WSOY, 14–23.

LIIKUNTALAKI. L 390/2015. Finlex. Lainsäädäntö. [Viitattu 2016-11-22.] Saatavissa: <http://www.finlex.fi/fi/laki/alkup/2015/20150390>

METSÄMUURONEN, Jari 2000.SPS aloittelevan tutkijan käytössä. Metodologia -sarja 5. Viro: Jaabes OU

OPETUSHALLITUS 2016. Varhaiskasvatussuunnitelman perusteet 2016 [verkkojulkaisu]. Opetushallitus. [Viitattu 2016-12-07.] Saatavissa: [http://www.oph.fi/download/179349\\_varhaiskasvatussuunnitelman\\_perusteet\\_2016.pdf](http://www.oph.fi/download/179349_varhaiskasvatussuunnitelman_perusteet_2016.pdf)

OPETUS- JA KULTTUURIMINISTERIÖ 2016. Varhaisvuosien fyysisen aktiivisuuden suositukset 2016. Iloa, leikkiä ja yhdessä tekemistä [verkkojulkaisu]. Opetus- ja kulttuuriministeriön julkaisuja 2016:21. [Viitattu 2016-11-25.] Saatavissa: <http://julkaisut.valtioneuvosto.fi/bitstream/handle/10024/75405/OKM21.pdf?sequence=1>

PEDA.NET s. a. Kuopion päiväkodit kartalla [verkkosivusto]. Kuopio. [Viitattu 2017-02-03.] Saatavissa: <https://peda.net/kuopio/varhaiskasvatus/paivakodit>

PÖNKKÖ, Anneli ja SÄÄKSLAHTI, Arja 2013. Liikuntapedagogiikka varhaiskasvatuksessa. Teoksessa: JAAKKOLA, Timo, LIUKKONEN, Jarmo ja SÄÄKSLAHTI, Arja (toim.) Liikuntapedagogiikka. Jyväskylä: PS-kustannus, 462–481.

RANTALA, Irma 2015. Laadullisen aineiston analyysi tietokoneella. Teoksessa: VALLI, Raine ja Aaltonen, Juha (toim.) Ikkunoista tutkimusmetodeihin 2. 4 uudistettu painos. Jyväskylä: PS-Kustannus Oy, 108–133.

RINTALA, Pauli 2005. Liiku ja opi. Jyväskylä: PS-kustannus Oy.

SAARANEN-KAUPPINEN, Anita ja PUUSNIEKKA, Anna 2006a. Kylläntyminen [verkkojulkaisu]. Tampere: Yhteiskuntatieteellinen tietoarkisto. [Viitattu 2017-01-26.] Saatavissa: [http://www.fsd.uta.fi/menetelmaopetus/kvali/L6\\_2\\_2.html](http://www.fsd.uta.fi/menetelmaopetus/kvali/L6_2_2.html)

SAARANEN-KAUPPINEN, Anita ja PUUSNIEKKA, Anna 2006b. Triangulaatio [verkkojulkaisu]. Tampere: Yhteiskuntatieteellinen tietoarkisto. [Viitattu 2016-21-12.] Saatavissa: [http://www.fsd.uta.fi/menetelmaopetus/kvali/L2\\_3\\_2\\_4.html](http://www.fsd.uta.fi/menetelmaopetus/kvali/L2_3_2_4.html)

SAARANEN-KAUPPINEN, Anita ja PUUSNIEKKA, Anna 2006c. Yleistäminen [verkkojulkaisu]. Tampere: Yhteiskuntatieteellinen tietarkisto. [Viitattu 2017-02-17.] Saatavissa: [http://www.fsd.uta.fi/menetelmaopetus/kvali/L6\\_2\\_3.html](http://www.fsd.uta.fi/menetelmaopetus/kvali/L6_2_3.html)

SOINI, Anne, KETTUNEN, Tarja, MEHTÄLÄ, Anette, SÄÄKSLAHTI, Arja, TAMMELIN, Tuija ja VILLBERG, Jari ja POSKIPARTA, Marita 2011. Kolmevuotiaiden päiväkotilasten mitattu fyysinen aktiivisuus [verkkojulkaisu]. Jyväskylän yliopisto. [Viitattu 2016-07-01.] Saatavissa: [https://www.researchgate.net/publication/262000298\\_KOLMEVUOTIAIDEN\\_PAIVAKOTILASTEN\\_MITATTU\\_FYYSINEN\\_AKTIIVISUUS](https://www.researchgate.net/publication/262000298_KOLMEVUOTIAIDEN_PAIVAKOTILASTEN_MITATTU_FYYSINEN_AKTIIVISUUS)

SOSIAALI- JA TERVEYSMINISTERIÖ 2005. Varhaiskasvatuksen liikuntasuosituksat [verkkojulkaisu]. Sosiaali- ja terveysministeriön oppaita 2005:17. Helsinki: Sosiaali- ja terveysministeriö. [Viitattu 2016-07-21.] Saatavissa: [http://www.ukkinstituutti.fi/filebank/1721-Varhaiskasvatuksen\\_liikunnan-suositukset\\_2005.pdf](http://www.ukkinstituutti.fi/filebank/1721-Varhaiskasvatuksen_liikunnan-suositukset_2005.pdf)

STAKES 2005. Varhaiskasvatussuunnitelman perusteet [verkkojulkaisu]. Toinen tarkastettu painos. Oppaita 56. Helsinki: Stakes. [Viitattu 2016-07-25.] Saatavissa: <https://www.julkari.fi/bitstream/handle/10024/77129/Varhaiskasvatussuunnitelmanperusteet.pdf?sequence=1>

SÄÄKSLAHTI, Arja 2015. Liikunta varhaiskasvatuksessa. Jyväskylä: PS-kustannus Oy.

SÄÄKSLAHTI, Arja 2005. Liikuntaintervention vaikutus 3–7-vuotiaiden lasten fyysiseen aktiivisuuteen ja motorisiin taitoihin sekä fyysisen aktiivisuuden yhteys sydän- ja verisuonitautien riskitekijöihin [verkkoartikkeli]. Jyväskylän yliopisto. [Viitattu 2016-08-07.] Saatavissa: [https://jyx.jyu.fi/dspace/bitstream/handle/123456789/13496/S%C3%84%C3%84KSLAHTI\\_ARJA\\_screen.pdf?sequence=3](https://jyx.jyu.fi/dspace/bitstream/handle/123456789/13496/S%C3%84%C3%84KSLAHTI_ARJA_screen.pdf?sequence=3)

SÄÄKSLAHTI, Arja 2003. Liikunta varhaiskasvatuksessa. Teoksessa: HEIKINARO-JOHANSSON, Pilvikki, HUOVINEN, Terhi ja KYTÖKORPI, Lea (toim.) Näkökulmia liikuntapedagogiikkaan. Helsinki: WSOY, 30–38.

TUOMI, Jouni ja SARAJÄRVI, Anneli 2013. Laadullinen tutkimus ja sisällönanalyysi. 11. uudistettu painos. Helsinki: Tammi.

TURJA, Leena 2011. Lapset osallisen, kohti uutta varhaiskasvatuskulttuuria [verkkolehti]. Varhaiskasvatus ry. [Viitattu 2016-08-08.] Saatavissa: <http://ecef.org/wp-content/uploads/2014/03/2011-3-Turja.pdf>

TUTKIMUSEETTINEN NEUVOTTELUKUNTA 2012. Hyvä tieteellinen käytäntö ja sen loukkausepäilyjen käsitteleminen Suomessa [verkkojulkaisu]. Tutkimuseettinen neuvottelukunta. [Viitattu 2016-12-21.] Saatavissa: [http://www.tenk.fi/sites/tenk.fi/files/HTK\\_ohje\\_2012.pdf](http://www.tenk.fi/sites/tenk.fi/files/HTK_ohje_2012.pdf)

UNICEF s. a. YK:n yleissopimus lapsen oikeuksista [verkojulkaisu]. Unicef. [Viitattu 2016-07-15.] Saatavissa: [https://unicef.studio.crasman.fi/pub/public/pdf/LOS\\_A5fi.pdf](https://unicef.studio.crasman.fi/pub/public/pdf/LOS_A5fi.pdf)

VARHAISKASVATUSLAKI. L 19.1.1973/36. Finlex. Lainsäädäntö. [Viitattu 2016-07-21.] Saatavissa: <http://www.finlex.fi/fi/laki/ajantasa/1973/19730036>

VIHOLAINEN, Helena, HEMMOLA, Pia-Maria, SUVIKAS, Jenni ja PURTSI, Jarno 2011. Loikkiksella ketteräksi, arviointi-, opetus- ja kuntoutusmateriaaleja. Jyväskylä: Niilo Mäki Instituutti & Suomen CP-liitto ry.

VILKKA, Hanna 2006. Tutki ja havainnoi. Helsinki: Tammi.

VILKKA, Hanna 2007. Tutki ja mittaa, määrällisen tutkimuksen perusteet. Helsinki: Tammi.

WORLD HEALTH ORGANIZATION 2016. Physical activity [verkojulkaisu]. WHO. [Viitattu 2016-07-24.] Saatavissa: [http://www.who.int/topics/physical\\_activity/en/](http://www.who.int/topics/physical_activity/en/)

ZIMMER, Renate 2011. Psykomotoriikan käsikirja. Lahti: VK-kustannus.

## LIITE 1: KASVATTAJAN KÄSIKIRJAN ARVIOINTI 2014–2015

Käytimme opinnäytetyössämme valmista aineistoa, jonka analysoimme opinnäytetyön työsuunnitelmavaiheessa. Opinnäytetyömme taustamateriaalina on Kuopion varhaiskasvatuspalveluiden henkilökunnalle tehdyn kyselyn vastaukset. Kysely liittyi kasvattajan käsikirjaan. Kyselyn on toteuttanut Kuopion kaupunki. Kysymyksenä kyselyssä oli: ”mitä konkreettisia toimenpiteitä olette tehneet monipuolisen toiminnan kasvun, kehityksen ja oppimisen mahdollistamiseksi” sekä ”mistä toimintatavoista olette luopuneet monipuolisen toiminnan kasvun, kehityksen ja oppimisen saavuttamiseksi”. Vastauksia analysoidessa huomioimme kohdistui erityisesti liikuntaan ja lapsen osallisuuteen. Liikkuminen mainittiin erikseen 24 vastauksessa.

Avoimia vastauksia kysymykseen: ”mitä konkreettisia toimenpiteitä olette tehneet monipuolisen toiminnan kasvun, kehityksen ja oppimisen mahdollistamiseksi” oli materiaalissa 120 kappaletta. Analyysiä tehdessä nousi esille, että kolme keskeisintä toimenpidettä toiminnan monipuolistamiseksi olivat:

- 1) suunnittelun lisääminen ja tarkentaminen
- 2) lapsen luontaisen oppimistapojen huomioiminen
- 3) lasten osallisuus.

Suunnitelmallisuus (tilat, pienryhmät, suunnittelu aika)	109
Lapsen luontaiset tavat oppia ja moniaistisuus (leikkiminen, liikkuminen, taiteellinen kokeminen, tutkiminen)	67
Lasten osallisuus ja lapsilähtöisyys	56
Arjen toimintoihin oppimissisältöjen integroiminen	13
Joustavuus	10
Työntekijöiden asenne	8
Vanhempien osallisuus	3
<b>Kaikkia vastauksia</b>	<b>120</b>

Taulukko 3: mitä konkreettisia toimenpiteitä olette tehneet monipuolisen toiminnan kasvun, kehityksen ja oppimisen mahdollistamiseksi? n=120

Ammattilaisten asenne, joustavuus, arjen toimintoihin oppimissisältöjen integroiminen ja vanhempien osallisuus nousivat myös esille useammassa vastauksessa (taulukko 3). Lähes joka vastauksessa nousi esille suunnitteluun panostaminen. Suunnitteluun oli panostettu mahdollistamalla suunnittelu-aikaa ja lisäämällä sitä sekä pienryhmätoiminnan ja tilojen suunnitelmallisena monipuolisena hyödyntämisenä. Tätä teemaa kehystivät sanat suunnittelu, suunnittelu-aika, organisointi, porrastaminen, oppimisympäristön muokkaaminen ja pienryhmät. Näiden kaikkien edellä mainittujen toimien

avulla vastauksissa nousi esille myös onnistunut eriyttäminen ja yksilöllisen kehitystason huomioiminen. Erityisesti pienryhmä toimintoja ja ratkaisuja kuvatessa nousi sanat yksilöllinen ohjaus, lasten mielenkiinnot ja lapsen kehitystason mukaisuus.

Toiminnan suunnittelu on oleellista, koska vain huolellinen ja tavoitteinen suunnittelu kasvattajayhteisössä mahdollistaa monipuolisen ja lapsen tarpeita vastaavan liikuntakasvatuksen. Toimintaa tulee pystyä myös yksilöllistämään, koska lasten motorisissa taidoissa voi olla paljonkin eroa. (Pönkkö ja Sääkslahti 2013, 465–466.)

Lapsen luontainen tapa oppia oli huomioitu yhä enemmän. Leikkiminen ja liikkuminen nousivat useassa vastauksessa esille. Myös moniaistisuus oppimisessa oli otettu huomioon kuvien, satujen, askartelun ja kokemusten kautta. Joitakin näitä edellä mainittuja sisältöjä löytyi vähän yli puolesta vastauksista. Leikki, liikkuminen, askartelu, kädentaidot, retket, liike, tutkiminen, kokeminen, elämys, laulut, lorut, pelit, sadut, kuvat, tuntoaisti olivat sanoja, jotka ohjasivat tämän osio muodostumista. (Taulukko 3) Erityistä huomiota kiinnitimme liikunnan lisäämiseksi tehtyihin toimenpiteisiin. Keskeisin huomio oli mielestämme tämän osalta, että huomiota oli kiinnitetty liikuntamahdollisuuksien luomiseen. Tästä esimerkkinä liikuntavälineiden näkyvillä pitäminen, liikuntasalin ja lähiliikuntapaikkojen suunnitelmallisen hyödyntäminen ja tilojen uudelleen järjestäminen. Osassa vastauksissa huokui myös asenne missä suhtauduttiin positiivisesti liikkumiseen ja ymmärrettiin myös vauhdikkaiden liikumisleikkien tärkeys.

Lapsen osallisuus ja lapsilähtöisyys mainittiin melkein joka toisessa vastauksessa (taulukko 3). Lapsen otettiin esimerkiksi mukaan suunnitteluun, heidän kiinnostuksen kohteita ja yksilöllisiä taipumuksia ja tarpeita huomioitiin toiminnassa sekä lapsen omatoimisuutta tuettiin. Tätä teemaa määrittävät sanayhdistelmät: lasten kiinnostuksen kohteet, yhdessä lasten kanssa, yksilöllinen huomioiminen, lasten toiveet ja ideat, lapset valitsevat ja vaikuttavat, lapsilähtöisyys ja lasten omatoimisuus.

Tarkkojen suunnitelmien ja aikataulujen noudattamisesta luopuminen	32
Isossa ryhmässä toimimisen ja tarkkojen ryhmäjakojen noudattamisesta luopuminen	48
Aikuislähtöisyydestä luopuminen/lapsilähtöisyys	12
Turhasta odottelusta ja jonottamisesta luopuminen	6
Lasten puolesta tekemisestä luopuminen	3
Ei olla luovuttu mistään	15
<b>Kaikkia vastauksia</b>	<b>113</b>

Taulukko 4: mistä toimintatavoista olette luopuneet monipuolisen toiminnan kasvun, kehityksen ja oppimisen saavuttamiseksi n=120

Toiseen kysymykseen: ”mistä toimintatavoista olette luopuneet monipuolisen toiminnan kasvun, kehityksen ja oppimisen saavuttamiseksi”, materiaalissa oli 113 vastausta. Vastauksista nousi esille kaksi keskeistä asiaa, joista päiväkodit olivat luopuneet. Nämä ovat tarkoista suunnitelmista ja aikataulujen noudattamisesta luopuminen sekä isoissa ryhmissä toimimisesta ja tarkoista ryhmäjäjoista luopuminen. (Taulukko 4.) Näissä molemmista osioista välittyi vahvasti joustavuuden lisääntyminen. Yhdistettynä nämä osiot kattavat reilusti yli puolet vastauksista. Tämä on huomionarvoinen asia, sillä ensimmäisessä kysymyksessä nousi esille joustavuuden lisääminen vain alle joka kymmenessä vastauksessa, kun puhuttiin mitä on tehty toiminnan monipuolistamiseksi lasten kasvun, kehityksen ja oppimisen mahdollistamiseksi. Esille nousi myös, että odottelua ja jonottamista on vähennetty sekä aikuiset ovat luopuneet lasten puolesta tekemisestä. Osasta vastauksista tuli esille toiminnan siirtyminen aikuislähtöisyydestä enemmän lapsilähtöisemmäksi (taulukko 4). Lasten osallisuuden vahvistaminen näkyi myös tämän kysymyksen vastauksissa. Esimerkiksi suunnitelmia on voitu muuttaa, jos lapsiryhmässä on herännyt kiinnostus johonkin tiettyyn aiheeseen. Liikunta mainittiin selkeästi kuudessa eri vastauksessa. Esteitä liikunnan tieltä on purettu asenteita ja fyysistä ympäristöä muokkamalla. Esimerkiksi yksi päiväkotitoiminta oli luopunut ajatuksesta, että pienet tilat eivät sopisi liikkumiseen ja toiset olivat lisänneet liikuntaa odotustilanteisiin. Osa päiväkodeista taas koki, etteivät ole joutuneet luopumaan mistään (taulukko 4).

Useat Kuopion päiväkodit ovat kokeneet, että parempi toiminnan suunnittelu mahdollistaa monipuolisemman toiminnan. Analyysissä nousi esille, että useat päiväkodit ovat ottaneet käyttöön viikkosuunnitelmat ja lastentarhaopettajien yhteisen pedagogisen suunnitteluajan. Lapset on otettu mukaan suunnittelemaan toimintaa. Sen sijaan monet päiväkodit ovat luopuneet suunnitelmien tarkasta noudattamisesta. Useissa vastauksissa tuli esille, että suunnitelmia ja aikatauluja muutetaan tilanteen vaatiessa, kuunnellen lapsien toiveita, viereistilaa sekä tilanteen luomia mahdollisuuksia. Ammattilaiset ovat varanneet enemmän aikaa esimerkiksi siirtymä- ja pukemistilanteisiin sekä yhtäjaksoisiin leikkihetkiin. Voisi tiivistää näin, että suunnitelmallisuus on lisääntynyt, joka antaa valmiuksia vastata päivittäisiin muuttuviin tilanteisiin joustavasti niin, että varhaiskasvatussuunnitelman sisällöt toteutuvat parhaalla mahdollisella tavalla tilanteen ja resurssien mukaan. Jotta varhaiskasvatus on suunnitelmallista sekä lapsen kokonaisvaltaista kasvua, oppimista ja kehitystä tukevaa, tulisi toiminnan monipuolisuus sekä lapsilähtöisyys varmistaa huolellisella suunnittelulla (Varhaiskasvatuksen liikunnan suositukset 2005, 16).

Päiväkodit ovat monipuolistaneet toimintaansa muuttamalla ryhmäkokoja siten, että esimerkiksi puolet ryhmästä on ulkona ja puolet sisällä. Myös tilojen parempi käyttö on mahdollistanut pienryhmätoiminnan. Isoja ryhmätilanteita on vähennetty ja sitä kautta istuminen ja turha odottaminen ovat vähentyneet. Konkreettisia toimenpiteitä liikunnan lisäämiseksi ja monipuolistamiseksi ovat olleet muun muassa liikuntavälineiden monipuolisempi käyttö, lähiympäristön ja tilojen hyödyntäminen sekä liikunnan lisääminen arkisiin tilanteisiin. Pienet lapset liikkeelle -käsikirjassa (2007, 26) painotetaan, että liikuntavälineiden tuominen hoitotiloihin lapsen arkipäivään on tärkeää. Välineet antavat lapselle mahdollisuuden suunnitella ja toteuttaa omia ideoita sekä tuovat iloa, vaihtelua ja elämyksiä lapsen liikkumiseen. Liikuntavälineitä tulee olla esillä niin, että ne ovat lasten vapaassa käytössä. Käsikirjassa keskeisin tavoite on, että lasten arkipäivän liikunta monipuolistuisi. Edellä mainittujen

seikkojen valossa uskomme, että Pienet lapset liikkeelle -käsikirja on käytössä Kuopion varhaiskasvatuksen palveluissa ja tarkoituksenamme on tutkia varhaiskasvatuksen henkilökunnalle suunnatun kyselyn kautta, että pitääkö tämä paikkansa. Teettämämme kyselyn avulla pyrimme saameen tarkempaa tietoa siitä, kuinka Pienet lapset liikkeelle -käsikirjan käyttö näkyy arjen toiminnoissa.



## LIITE 2: TUTKIMUSLUPA

**Kuopion kaupunki**

Päivähoidon hallinto  
Varhaiskasvatusjohtaja

**Päätöspöytäkirja**

18.8.2016

1 (3)

Tehtävä 13.00.00  
Asianro 5894/2016

Muut asiat 12 § / 2016

**Tutkimuslupa / Henriikka Ikäheimo ja Henna Karikumpu**

Selostus ja perustelu	<p>Savonia–ammattikorkeakoulussa opiskelevat Henriikka Ikäheimo ja Henna Karikumpu ovat pyytäneet tutkimuslupaa opinnäytetyötään varten.</p> <p>Työn nimi on "Tassua toisen eteen". Työn tilaaja on Kuopion kaupunki. Opinnäytetyössä tutkitaan Pienet lapset liikkeelle -käsikirjan käyttöä Kuopion varhaiskasvatuksessa.</p> <p>Opinnäytetyö on laadullinen eli kvalitatiivinen tutkimus ja kohdistuu päivähoidossa oleviin 0-7 vuotiaisiin lapsiin. Tavoitteena on mm. löytää niitä seikkoja, jotka estävät Pienet lapset liikkeelle -käsikirjan hyödyntämisen lasten liikkumiseen innostamiseksi ja mahdollistamiseksi.</p> <p>Opinnäytetyön tekeminen aloitetaan Webropol-kyselyllä. Kysely lähetetään kaikille Kuopion kaupungin päiväkotien työntekijöille loppuvuodesta 2016.</p>
Päätös	<p>Myönnän luvan työsuunnitelman mukaisen tutkimuksen tekemiseen Kuopion kaupungin varhaiskasvatuspalveluissa. Yksi kappale tutkimusta pyydetään toimittamaan Kuopion kaupungin kasvun ja oppimisen palvelualueelle varhaiskasvatuspalveluihin.</p> <p>Yhteyshenkilö Kuopion kaupungin varhaiskasvatuspalveluissa on palvelupäällikkö Jaana Lappalainen.</p>
Toimivallan peruste	<p>Hyvinvoinnin edistämisen ja kasvun ja oppimisen palvelualueiden toimintäsääntö 3 §.</p> <div data-bbox="673 1279 1059 1429" data-label="Text"> </div> <p>Pekka Lindell varhaiskasvatusjohtaja</p>
Liitteet	<p>Oikaisuvaatimusohje Tutkimussuunnitelma_Ikäheimo_Karikumpu.pdf</p>
Tiedoksi	<p>Varhaiskasvatuspalveluiden esimiehet Kasvun ja oppimisen lautakunta Kaupunginhallitus</p>

**Postiosoite** Vuorikatu 27 | 70100 KUOPIO  
**Käyntiosoite** Vuorikatu 27  
**Laskutusosoite** PL 3016 | 70900 KUHILAS

**Puhelin** 017 18 2111  
**Faksi**  
**Laskutustunnus**

[www.kuopio.fi](http://www.kuopio.fi)  
[etunimi.sukunimi\(at\)kuopio.fi](mailto:etunimi.sukunimi(at)kuopio.fi)

**Kuopion kaupunki**

Päivähoidon hallinto  
Varhaiskasvatusjohtaja

**Päätöspöytäkirja**

18.8.2016

2 (3)  
Tehtävä 13.00.00  
Asianro 5894/2016

Tiedoksianto

Päätös on lähetetty tiedoksi sähköpostilla 19.8.2016.

Nähtävänäolo

Päätös on yleisesti nähtävänä Kouluvirastossa, os. Vuorikatu 27, 22.8.2016.

**Postiosoite** Vuorikatu 27 | 70100 KUOPIO  
**Käyntiosoite** Vuorikatu 27  
**Laskutusosoite** PL 3016 | 70900 KUHILAS

**Puhelin** 017 18 2111  
**Faksi**  
**Laskutustunnus**

[www.kuopio.fi](http://www.kuopio.fi)  
[etunimi.sukunimi\(at\)kuopio.fi](mailto:etunimi.sukunimi(at)kuopio.fi)

## LIITE 3: TIEDOTE KYSELYSTÄ

**TIEDOTE OPINNÄYTETYÖKYSELYSTÄ**

Kyselyn nimi:  
KYSELY PIENET LAPSET LIIKKEELLE -KÄSIKIRJAN KÄYTÖSTÄ

Tutkijoiden yhteystiedot

Henna Karikumpu  
P. 044 297 4569  
henna.karikumpu@edu.savonia.fi

Henriikka Ikäheimo  
P. 044 647 9445  
henriikka.ikaheimo@edu.savonia.fi

Opinnäytetyön ohjaava opettaja:

Anne-Leena Juntunen  
P. 044 785 6697  
[isjunan@savonia.fi](mailto:isjunan@savonia.fi)  
Savonia ammattikorkeakoulu  
Sosiaali- ja terveysala  
Iisalmen kampus

Hei!

Opiskelemme Savonia ammattikorkeakoulussa sosiaali- ja terveysalan opintoja ja suoritamme varhaiskasvatuksen opinnoissa lastentarhaopettajan kelpoisuutta. Opintoihimme kuuluu opinnäytetyö (15 op). Lähestymme teitä opinnäytetyömme ”Tassua toisen eteen” tiimoilta. Tutkimme Kuopion kaupungin varhaiskasvatuspalvelujen pyynnöstä Pienet lapset liikkeelle -käsikirjan käyttöä Kuopion varhaiskasvatuspalveluissa.

Tutkimuskohde:

Olemme kiinnostuneita liikunnan vaikutuksesta lapsen kokonaisvaltaiseen kehitykseen. Liikunnan vähäisyys voi aiheuttaa fyysisiä, psyykkisiä ja sosiaalisia ongelmia. Liikuntapedagogiikka on onnistuessaan ennaltaehkäisevää toimintaa, joka tukee lapsen kehitystä kauaskantoisesti kaikilla elämän alueilla. Siitä voi löytyä apua esimerkiksi oppimisvaikeuksien ja yhteiskunnasta syrjäytymisen ehkäisemiseksi. Opinnäytetyömme keskittyy liikuntakasvatukseen, lapsen osallisuuteen ja siihen kuinka nämä teemat toteutuvat Kuopion varhaiskasvatuspalveluissa.

Opinnäytetyöhömmme kuuluu tutkia, kuinka Pienet lapset liikkeelle -käsikirja on käytössä Kuopion varhaiskasvatuksessa. Tavoitteena on myös löytää niitä seikkoja, jotka estävät Pienet lapset liikkeelle -käsikirjan hyödyntämisen lasten liikkumiseen innostamiseksi ja mahdollistamiseksi. Pohdimme, kuinka näitä esteitä voisi purkaa hyödyntäen samalla lasten osallisuutta.

Tutkimuksen toteuttaminen:

Kuopion kaupungilla on hyvä liikuntakasvatusta tukeva Pienet lapset liikkeelle -käsikirja ja toimeksiantajamme Kuopion kaupunki on kiinnostunut siitä, että kuinka tämä käsikirja on käytössä. Tästä johtuen opinnäytetyömme ensimmäinen vaihe on wepropol-kysely Pienet lapset liikkeelle -käsikirjan käytöstä. Toivoisimme, että vastaisitte tähän kyselyyn, jonka tulemme lähettämään teillä **viikolla 45** eli marraskuun toisella viikolla. Teillä on aikaa vastata kyselyyn **joulukuun alkuun saakka, viikon 48** loppuun. Jokainen vastaus on tärkeä opinnäytetyömme ja tutkimuksemme kannalta. Tutkimuksen avulla myös Kuopion varhaiskasvatuspalvelut voivat arvioida sekä kehittää toimintaansa. Analysoimme vastaukset ja kirjoitamme tutkimuksesta raportin.

Aineiston käyttö ja säilyttäminen:

Tutkimusaineistoa käytetään vain tässä tiedotteessa kuvatun opinnäytetyön tekemiseen. Säilytämme ja tuhoamme aineiston asianmukaisesti opinnäytetyön valmistuttua. Wepropol-kyselyn vastaukset tulevat meille nimettöminä, joten tämä osaltaan suojaa vastaajien anonymiteettiä.

Tulosten esittely:

Opinnäytetyö ja tutkimuksen tulokset esitellään Savonia ammattikorkeakoulun sosiaali- ja terveysalan opinnäytetyöseminaarissa keväällä 2017. Tilaaamme tulee saamaan valmiin opinnäytetyömme keväällä 2017 ja se on kaikkien luettavissa. Lisäksi esittelemme saamamme tulokset Kuopion varhaiskasvatuksen esimiespäivillä toukokuussa 2017.

**KIITOS jo etukäteen yhteistyöstä ja ajastanne!**

## LIITE 4: WEBROPOL-KYSELY



## Tutkimus Pienet lapset liikkeelle -käsikirjan käytöstä Kuopion varhaiskasvatus palveluissa

### Taustatiedot

1. Lapsiryhmän ikäjakauma (valitkaa parhaiten sopiva vaihtoehto) \*

- ☐ 0-2 vuotiaat
- ☐ 3-5 vuotiaat
- ☐ 6-vuotiaat/esikoululaiset
- ☐ Sisarusryhmä

2. Millaisissa lapsiryhmissä yleensä toimitte? (valitkaa parhaiten sopiva vaihtoehto) \*

- ☐ Koko lapsiryhmässä
- ☐ Kiinteissä pienryhmissä
- ☐ Lasten kehitystason mukaan jaetuissa pienryhmissä
- ☐ Lasten tarpeiden mukaan jaetuissa pienryhmissä
- ☐ Lasten mielenkiinnon mukaan jaetuissa pienryhmissä

3. Kuka vastaa ryhmässänne tapahtuvasta liikuntakasvatuksesta? (valitkaa parhaiten sopiva vaihtoehto) \*

- ☐ Lastentarhaopettaja
- ☐ Lastenhoitaja

Joku muu, kuka?

☐

\_\_\_\_\_

4. Keneltä olette saaneet tietoa Pienet lapset liikkeelle- käsikirjasta? (Voitte valita useamman vaihtoehdon) \*

- ☐ Päiväkodinjohtajalta
- ☐ Erityislastentarhaopettajalta

☐ Liikuntamyötäjältä

☐ Emme keneltäkään

Joku muu, kuka?

☐

### Pienet lapset liikkeelle -käsikirjan käyttö

5. Kuinka usein hyödynnätte toiminnassanne Pienet lapset liikkeelle -käsikirjaa? (valitkaa parhaiten sopiva vaihtoehto) \*

☐ Päivittäin

☐ 2-3 kertaa viikossa

☐ Kerran viikossa

☐ Kuukausittain

☐ Harvemmin

☐ Ei koskaan

6. Pienet lapset liikkeelle -käsikirja on löydettävissä useista eri paikoista, mistä lähteestä käytätte käsikirjaa? (Voitte valita useamman vaihtoehdon) \*

☐ Painettu käsikirja

☐ Santra

☐ Kasvanet

☐ Tulostettu Kasvanetin versio

7. Kuinka usein hyödynnätte käsikirjaa alla olevissa toiminnoissa ja käytännöissä? \*

	Aina	Usein	Toisi- naan	Har- voin	Ei lain- kaan
Pedagogisessa suunnittelussa	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Sisällöllisten orientaatioiden toteuttamisessa	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Liikuntakasvatuksessa	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Lapsen kehityksen ja kasvun arvionnissa	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Lapsen kehityksen ja kasvun tukemisessa	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Arjen tilanteissa spontaanisti	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Suunnitellusti arjen tilanteissa	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Oman toiminnan arvioinnissa	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Vasu-keskusteluissa	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>

Liikuntavälineiden esillä pidon järjestämisessä (välineet on lasten saatavilla)

☐ ☐ ☐ ☐ ☐

**8. Kuinka usein hyödynnätte käsikirjan sisältöä alla olevissa arjen tilanteissa? \***

	Aina	Usein	Toisinaan	Harvoin	Ei koskaan
Siirtymätilanteissa	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Odostustilanteissa	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Ruokailussa	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Lepohetkillä	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Ulkoilussa	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Leikin ohjauksessa	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Pedagogisissa tuokioissa	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Muissa tilanteissa	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>

**9. Kuinka usein käytätte alla olevia käsikirjan teema-esimerkkejä? \***

	Päivittäin	2-3 kertaa viikossa	Noin kerran viikossa	Kuukausittain	Harvemmin	Ei koskaan
Kiipeily	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Kehon koukistus-ohjennus	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Vedettävät, työnnettävät ja kannettavat	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Kehon molempien puolien välinen toiminta	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>

**10. Mitä lähiympäristön mahdollisuuksia hyödynnätte ajatellen liikuntakasvatusta? (Voitte valita useamman vaihtoehdon) \***

- ☐ Luonto
- ☐ Puistot
- ☐ Yleiset tapahtumat
- ☐ Päiväkodin liikuntasali
- ☐ Päiväkodin muut tilat
- ☐ Urheiluhallit
- ☐ Koulujen tilat
- ☐ Lähiliikunta-alueet

**11. Mitkä seikat edistävät käsikirjan hyödyntämisen toiminnassanne? \***

---

---

---

**12.** Mitkä seikat estävät käsikirjan hyödyntämisen toiminnassanne? \*

---

---

---

**13.** Mitkä seikat saisi teidät hyödyntämään käsikirjaa toiminnassanne? \*

---

---

---

### **Lapsen osallisuus**

**14.** Miten Pienet lapset liikkeelle -käsikirja mielestänne tukee lasten osallisuutta? (kuva esimerkkien kautta) \*

---

---

---

**15.** Kuinka käsikirja mahdollistaa lapsen monipuolisen ja omavalintaisen liikkumisen sisällä sekä ulkona? (Välineet sisällä ja ulkona, suunnittelu, toteutus, jne..) \*

---

---

---

**Kiitos vastaamisesta!**

## LIITE 5: ESIMERKKI TEEMOITTELUSTA

Vastaus	Alakategoria	Pääkategoria
<p><i>"Henkilökunnan positiivinen <b>asenne</b> liikuntaan"</i></p> <p><i>"Hyödynnämme päiväkodin <b>toimintaympäristöä</b>"</i></p> <p><i>"<b>Tilat välineille</b>, hyvä järjestys ja <b>saatavuus välineille</b>."</i></p> <p><i>"Hyvät <b>tilat</b> ja liikuntavälineet"</i></p> <p><i>"<b>Tiimissä aktiivisempi ote</b> liikuntakeskusteluun"</i></p> <p><i>"<b>Liikuntasali</b> ja <b>välineet</b> ovat lähes päivittäin käytössä"</i></p> <p><i>"Työntekijöiden <b>motivaatio</b>"</i></p> <p><i>"<b>Ulkoliikunta mahdollisuudet</b> loistavat!"</i></p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• <b>Aikuisten asenne</b> (asenne, tiimissä aktiivisempi ote, motivaatio)</li> <li>• <b>Tilat</b> (toimintaympäristöä, tilat, liikuntasali, ulkoliikunta)</li> <li>• <b>Välineet</b> (Tilat välineille, saatavuus välineille, välineet)</li> </ul>	<p><b>Toimintaympäristö</b></p>